Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

20 ग
3

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

❀ ओ३म् ❀

पुस्तक-संख्या 20 ग/23

पंजिका संख्या 29980/28.3.2002

पुस्तक पर सर्व प्रकार की निशानियां लगाना वर्जित है। कोई महाशय १५ दिन से अधिक देर तक पुस्तक अपने पास नहीं रख सकते। अधिक देर तक रखने के लिये पुनः आज्ञा प्राप्त करनी चाहिये।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

स्टाक प्रमाणीकरण १९-४-१९८५

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

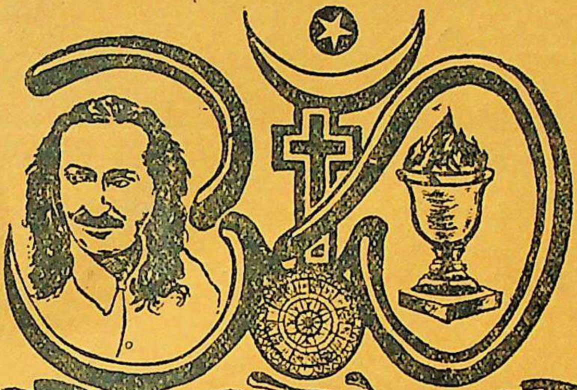
Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri



अवतार मेहेरबाबा

माला

CHECKED 1973

पुष्प पहिलें

आध्यात्मिक स्वातंत्र्य
ईश्वर व व्यक्ति

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अवतार मेहेरबाबा माला

प्रकाशक व संचालक
प्रकाशन समिति, मेहेरबाबा जागतिक अध्यात्मकेंद्र
किंग्ज रोड, अहमदनगर.

संपादक
दि. ह. पोफळी, बी. एस्सी. एलएल. बी.
अवतार मेहेरबाबा कार्यालय,
धंतोली, नागपूर.

आपल्या दैवी प्रेमानें व प्रज्ञासंपन्न सामर्थ्यानें श्रीमेहेरबाबा मानवास नवीन दृष्टि व परमशांति देतात. अखिल मानवतेमध्यें अकलंकित बंधुतेची प्रस्थापना करून सत्य व प्रेम यांवर अधिष्ठित असलें नवयुग निर्माण करणें हेंच त्यांचें अवतारकार्य आहे. त्यांनीं १८ वर्षांपासून मौन धरलें आहे.

श्रीमेहेरबाबांचे अध्यात्मपर लेख व दिव्य संदेश मराठी, हिंदी व उर्दू ह्या भाषांतून वाचक वर्गास मिळावेत हा 'अवतार मेहेरबाबा' मालेचा उद्देश आहे. वार्षिक वर्गणी रु. २. फुटकळ पुस्तकाची किंमत आठ ते बारा आणे.

पत्ता
अवतार मेहेरबाबा कार्यालय
धनतोली, नागपूर

दि. ह. पोफळी
संपादक

२९, फेब्रुआरी, १९४४] [किंमत आठ आणे

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

पुस्तक सं० .... /२२
आगत सं० २११८०....
तिथि० २४-३-२००२
गुरुकुल ग्रन्थालय काँगड़ी.

आध्यात्मिक स्वातंत्र्य

जगांत सगळीकडे प्रत्येक मनुष्याचा आत्मा स्वातंत्र्यासाठीं तळमळत आहे. स्वातंत्र्यप्रेम आणि स्वातंत्र्यासाठीं शोध हे मानवतेचे गुणविशेष आहेत. सर्व देशांत सर्व प्रकारच्या परिस्थितींत सर्व जातींत आणि सर्व कालीं "स्वातंत्र्य" हाच मानवतेचा मानबिंदू झालेला आहे. परंतु निर्भेळ आणि खऱ्या स्वातंत्र्याचा अर्थ ज्यांना कळलेला आहे असे फारच थोडे लोक आहेत. बऱ्याचशा लोकांना स्वातंत्र्यास वास्तविक आवश्यक असणाऱ्या गोष्टींबद्दल फारच कमी माहिती असते व त्यामुळें त्यांची धडपड केवळ सापेक्ष स्वातंत्र्य प्राप्त करून देणाऱ्या जीवना करितांच असते. सारांश, निरनिराळे लोक निरानिराळ्या प्रकारच्या सापेक्ष स्वातंत्र्यासाठीं झटत असतात.

आयुष्याच्या सर्व क्षेत्रांत मनुष्याला स्वातंत्र्य हवें असतें आणि म्हणून मनुष्य ज्या प्रकारचें आयुष्य घालवूं इच्छितो त्या प्रकारच्या आयुष्यास लागणाऱ्या सर्व गोष्टी त्याला हव्या असतात. अशा

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

प्रकारें आपल्या देशाशीं जे तादात्म्य पावतात त्यांना "राजकीय स्वातंत्र्य" हवें असतें; ज्यांना आर्थिक गोष्टींचें महत्त्व वाटत असतें, त्यांना आर्थिक स्वातंत्र्य हवें असतें; ज्यांना धार्मिक बाबींनीं स्फूर्ति मिळते त्यांना धार्मिक स्वातंत्र्य हवें असतें. सामाजिक अगर सांस्कृतिक ध्येयाविषयीं ज्यांना आत्यंतिक तळमळ असतें ते त्यांना ज्या प्रकारचीं ध्येयें आवडत असतात आणि त्यांना ज्या ध्येयाचा प्रसार करावासा वाटतो त्या ध्येयाचीं वाचेनें व कृतीनें उपासना करण्याचें स्वातंत्र्य मिळविण्याचा प्रयत्न करतात. परंतु या साऱ्या स्वातंत्र्यांना ज्यामुळें खरें महत्त्व येतें असें मूळ स्वातंत्र्य म्हणजे आध्यात्मिक स्वातंत्र्य आहे, याची जाणीव फारच थोड्या लोकांना आहे. बाह्यतः मनुष्याला जरी संपूर्ण स्वातंत्र्य मिळालें तरी जोंपर्यंत त्याला आध्यात्मिक स्वातंत्र्य मिळत नाहीं तोंपर्यंत त्याचा आत्मा दुःखात्मक बंधनांतच तळमळत राहील. कोणतीही व्यक्ति, समाज अगर देश ज्या व्यावहारिक स्वातंत्र्यासाठीं प्रयत्न करतात तें स्वातंत्र्य स्वभावतःच मर्यादित असतें कारण तें दुसऱ्या कोणत्याही व्यक्ति, समाज अगर देश यांना हव्या असणाऱ्या तसल्याच प्रकारच्या स्वातंत्र्याशीं अविरोधी असलें पाहिजे.

राजकीय, आर्थिक, धार्मिक व सांस्कृतिक स्वातंत्र्य द्वंद्वांतच आणि द्वंद्वामुळेंच अभिव्यक्त होतें. तें द्वंद्वावरच जगतें आणि द्वंद्वावरच पुष्ट होतें. म्हणूनच तें सापेक्ष आणि मर्यादित असतें. तें अनंत असूं शकत नाहीं. त्याचें प्रमाण कमी जास्त होऊं शकतें, आणि जरी सतत प्रयत्नानें तें मिळविलें, तरी ती चिरकाल टिकणारी ठेव होऊं शकत नाहीं. कारण त्यासाठीं ज्या बाह्य गोष्टी

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

मिळविलेल्या असतात, अगर जी बाह्य स्थिति परिपक्व केलेली असते त्या गोष्टी व ती परिस्थिति कायमची टिकेलच अशी खात्री नसते.

केवळ आध्यात्मिक स्वातंत्र्यच पूर्ण आणि अनंत असतें, आणि सतत प्रयत्नांनीं तें साध्य झालें तर तें चिरकाल टिकतें, कारण जरी द्वंद्वांमध्येंच आध्यात्मिक स्वातंत्र्य व्यक्त होत असलें तरी त्याचें अधिष्ठान जीवनाच्या एकतेच्या अनुभवांत असून त्यावरच तें पोसलें जातें.

आध्यात्मिक स्वातंत्र्य मिळण्याची मुख्य अट म्हणजे सर्व प्रकारच्या गरजांपासून मुक्ति ही होय. वासना हीच मनुष्याला त्या वासनेस पोषक असलेल्या परिस्थितींत बांधून ठेवते. जर कोणतीही वासना नसेल तर कसलीही मर्यादा राहणार नाहीं; आणि कशावर अवलंबूनही राहावयाला नको. वासनेमुळेंच आत्मा बंधनांत पडतो. हीं वासनेचीं बंधनें जेव्हां तो तोडून टाकतो तेव्हां तो शरीर, मन आणि अहंकार यांच्या बंधनापासूनही स्वतःला मुक्त करतो; आणि हेंच जीवनाच्या एकतेची प्रतीति आणून देणारें आणि सर्व प्रकारचें संशय आणि चिंता नाहींसें करणारें असें आध्यात्मिक स्वातंत्र्य होय.

आध्यात्मिक स्वातंत्र्यांतच चिरंतन सुख आणि निर्मल आत्मज्ञान असूं शकतें. सत्यप्रतीतीचा अबाधित अनुभव केवळ आध्यात्मिक स्वातंत्र्यांतच उगम पावूं शकतो. आध्यात्मिक स्वातंत्र्यांतच मर्यादितपणा आणि दुःख यांचा कायमचा अंत होऊं शकतो. आणि आध्यात्मिक स्वातंत्र्यांतच मनुष्य सर्वांकरितां जगूं

पुस्तकालय

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

गुरुकुल कांगड़ी

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

शकतो व कार्य करीत असतांनाही अलिप्त राहूं शकतो. दुसऱ्या प्रकारचें कोणतेंही स्वातंत्र्य हें वाळूवर बांधलेल्या घराप्रमाणें असतें आणि दुसऱ्या कोणत्याही प्रकारच्या ध्येयसिद्धीला नष्ट होण्याची भीति असते. म्हणून आध्यात्मिक स्वातंत्र्यासारखी दुसरी देणगी नाहीं. आणि दुसऱ्यांना ती मिळविण्यास मदत करण्या-सारखें श्रेष्ठतम कर्तव्य नाहीं. ज्यांना या आध्यात्मिक स्वातंत्र्याचें आत्यंतिक महत्त्व पटलें असेल त्यांनीं तें स्वतःसाठीं मिळविण्याचा प्रयत्न करावयाचा यवढेंच नव्हे तर दुसऱ्यांना तें मिळविण्यास मदत करणें हेंही त्यांचें ईश्वरप्रणीत कर्तव्य आहे.

ज्यांना दुसऱ्याची निःस्वार्थ सेवा करावीशी वाटते ते त्यांना कपडे, औषधें, अन्न व राहावयास आश्रय देतात व ते कर्तव्य-बुद्धीनें प्रेरित होऊन प्रबलांकडून झालेल्या जुलुमापासून दुर्बलांचें रक्षण करण्यास तत्पर असतात, येवढेंच नव्हे तर दुसऱ्यासाठीं आपले प्राणही खर्चीं घालण्यास ते तयार असतात. अशा सर्व प्रकारची सेवा चांगली आहे. परंतु मानवतेसाठीं आध्यात्मिक स्वातंत्र्य मिळविण्यास लागणारी मदत या सर्वांहूनही अधिक महत्त्वाची असून अत्यंत श्रेष्ठ होय.

आध्यात्मिक स्वातंत्र्य मिळविण्यास मदत करण्याचा मार्ग इतर कोणत्याही मदत करण्याच्या मार्गापेक्षां अगदींच निराळा आहे. भुकेल्या माणसाला तुम्हीं अन्न द्याल आणि त्याला मग तें नुसतें खावें लागेल; तहानेल्याला तुम्हीं पाणी द्याल आणि त्याला मग तें नुसतें प्यावें लागेल; वस्त्रहीन मनुष्यास तुम्ही कपडे द्याल आणि त्याला ते नुसते घालावे लागतील; आश्रयहीन मनुष्यास तुम्हीं घरें

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

पुरवाल आणि त्यास त्यांत नुसतें राहावें लागेल. परंतु आध्यात्मिक बंधनाच्या यातनांचें दुःख तात्काळ शमन करणारी दुसऱ्यांना देण्यासारखी अशी कोणतीही तयार वस्तु नसते. आध्यात्मिक स्वातंत्र्य हें स्वतःसाठीं स्वतःलाच आपल्या नीच मनोवृत्तींशीं झगडून आणि सतत जागता पहारा करून मिळवावें लागतें. सत्य-प्रसाराचें कार्य स्वीकारलेल्या प्रत्येक शिपायानें इतरांना आत्म-विजय मिळविण्याच्या प्रयत्नांस उद्युक्त करावयाचें असतें; इतकेंच नव्हे, तर, त्या बाबतींत प्रत्येक पाऊल टाकतांना त्यांना मदत करावयाची असते. त्यांचें ओझें हलकें करण्याचा दुसरा मार्ग नाहीं.

प्रियतम वाचकांनों! तुम्हीं माझ्या या कार्याचे सहभागी व्हाल असा माझा पूर्ण विश्वास आहे. तुमच्यांपैकीं पुष्कळांनीं आजपर्यंत पुष्कळ वर्षेंपर्यंत माझ्यावरील प्रेम व श्रद्धा यामुळें माझ्या आज्ञांचें पालन केलें आहे. आणि माझ्या आध्यात्मिक कार्यासाठीं नाना प्रकारच्या संकटांत तुम्हीं मला चिकटून राहिलां आहांत. आतां मानवतेला ईश्वरप्रतीति होण्यास मदत करण्याच्या माझ्या कार्यासाठीं सर्वस्व अर्पण करण्याची वेळ आलेली आहे. **केवळ परमेश्वरच सत्य आहे हें अक्षय चिरंतन सत्य स्पष्टपणें समजून घेऊन त्याविषयीं निःशंक झालें पाहिजे, व तें नीट पटवून घेऊन वाचेनें व आचरणानें सिद्ध केलें पाहिजे.** सत्याचें पूर्ण ज्ञान होण्यांतच मनुष्याला आध्यात्मिक स्वातंत्र्य मिळणार आहे. सर्वांच्यामध्यें एकच परमतत्त्व भरलें आहे. या प्रतीतीमुळें परस्परांबद्दल अनिर्बंध प्रेम निर्माण होतें व तें अनिर्भेद्य जागतिक बंधुतेस पोषक होतें. चिरंतन शांति निर्माण करील असें सत्य समजण्यासाठीं आणि मनुष्याला

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

आध्यात्मिक बंधनांतून मुक्त करण्यासाठीं कितीही मोठा त्याग करावा लागला तरी तो थोडाच आहे.

मानवतेला आध्यात्मिक स्वातंत्र्य देण्याच्या या ईश्वरप्रणीत कार्यांत मला मदत करीत असतांना जरूर पडल्यास तुम्ही प्राण देण्यासही तत्पर असलें पाहिजे. परमेश्वरशोधाच्या कार्यांत दुसऱ्यांना मदत करण्याच्या तुमच्या कर्तव्यांत तुम्हांला सर्व प्रकारच्या दुःखांचें व त्यागांचें स्वागत करावें लागेल. आपल्या वैयक्तिक परिस्थितीला उत्तम झेंपेल अशा कार्याची रूपरेषा ठरविण्यासाठीं जर कोणाला विशिष्ट सूचनांची गरज असेल तर माझ्याकडून त्या देण्यांत येतील.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ईश्वर व व्यक्ति

ईश्वर हेंच एक सत्य होय:—ईश्वर अनंत आहे. तो चांगलें व वाईट, खरें व खोटें, सुख व दु:ख, जन्म व मृत्यु या सर्व द्वंद्वांहून श्रेष्ठ आहे. अद्वैत सत्य हेंच ईश्वराचें स्वरूप होय. ईश्वराला निराळें असें अस्तित्व नाहीं. ज्याप्रमाणें चांगलें हें वाइटाचें विरोधी असतें त्याप्रमाणें ईश्वर देखील, ईश्वर नसलेल्या वस्तूचा विरोधी आहे, अशी शंका घेतल्यास ईश्वराचें अनंतत्व हें मर्यादितेच्या विरुद्ध आहे असा गैरसमज होतो. जेव्हां आपण अनंतत्व व मर्यादिता या दोघांविषयीं बोलतों तेव्हां आपण त्यांना दोन निरनिराळे असें दाखवितों; आणि अनंतत्व हें मर्यादिताविरोधी बनतें. परंतु अनंतत्व हें द्वंद्वातीत आहे. जेव्हां आपण अनंतत्व हें मर्यादितपणाच्या विरुद्ध आहे अशा दृष्टीनें पाहतों, तेव्हां खरें पाहिलें असतां तें अनंत राहत नाहीं तर मर्यादितपणाचा एक विरुद्ध भाग म्हणून समजलें जातें; व म्हणून तें मर्यादित बनतें. आणि ज्या अर्थीं अनंतत्व हें मर्यादितपणाची दुसरी बाजू होत नाहीं त्या अर्थीं मर्यादितपणाचें भासणें खोटें ठरतें, कारण खरें अस्तित्व अनंत सत्यालाच आहे. ईश्वर केव्हांही द्वैतांत बांधला जाऊं शकत नाहीं. वास्तविक पाहतां सत्य हें एकच आहे. व तें सर्वांतर्यामीं आहे. मर्यादितपणाचें अस्तित्व केवळ काल्पनिक आहे.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

मर्यादितपणाचें दिसणारें अस्तित्व:—तुम्ही अनंत आहांत. तुम्ही खरोखरच सर्वांतरात्मा आहांत परंतु तुम्ही शरीरालाच 'मी' म्हणून समजतां म्हणून स्वतःला मर्यादित मानतां. शरीर हेंच माझें खरें स्वरूप होय असा जर तुम्ही विचार कराल तर तुम्ही आपलें खरें स्वरूप ओळखलें नाहीं असेंच म्हणावें लागेल. तुम्ही स्वस्वरूपाचा शोध करून आत्मस्वरूपाचा खरा अनुभव घ्याल तर तुम्हांला खात्रीनें कळून येईल कीं वस्तुतः तुम्ही अनंतच आहांत व सर्व भासमान जगाच्या पलीकडे आहांत. परंतु तुम्ही 'मी देह आहें' अशी चुकीची समजूत करून घेतां. हीच चुकीची समजूत म्हणजे अज्ञान होय. अज्ञान हें मनाच्या द्वारें कार्यक्षम होतें. साधारण मनुष्य स्वतःला स्वतःचें शरीर समजतो; आध्यात्मिक उन्नति झालेला मनुष्य स्वतःला सूक्ष्म शरीर समजतो; साधु लोक स्वतःला कारण शरीर समजतात. परंतु यांपैकीं कोणालाही आत्म्याचें खरें खरें स्वरूप कळलेलें नसतें. आत्मा हा अनंत आहे व तो मन व शरीरांहून भिन्न आहे. परंतु अज्ञानामुळें आत्मा हा मनाच्या आधीन होतो व स्वतःला कधीं शरीर तर केव्हां मन असें मानतो. जो मायेंतून मुक्त झाला नाही अशा प्रकारचा मनुष्य जगांत निरनिराळ्या असंख्य व्यक्ति आहेत असें समजूं लागतो. जितकीं मनें व शरीरें दिसतात तितक्या निरनिराळ्या व्यक्ति आहेत असें त्याला वाटूं लागतें. वस्तुतः आत्मा हा एक असून तो सर्वांतर्यामीं आहे. परंतु प्रत्येक व्यक्ति स्वतःला इतरांपासून निराळा समजते. सर्व निरनिराळ्या भासणाऱ्या व्यक्तींच्या मन व शरीरांमागें एकच शक्ति (आत्मा) वास करते व त्यांमधूनच त्यांना अनेकत्वाचा

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अनुभव येतो. सर्वांतर्यामीं एकच असणारा आत्मा अनेकसा भासूं लागतो ह्याचें कारण मनाची भ्रामक कल्पना अथवा चुकीची विचारसरणी हें होय.

अशुद्ध विचारसरणीचें कारण:—संचित संस्कारांमुळें चुकीच्या विचारांस चालना मिळते. संस्कारजन्य वासनांमुळें जाणीव आपलें खरें कार्य करूं शकत नाहीं मागील अनेक जन्मांतील निरनिराळ्या अनुभवांच्या संस्कारांचा पगडा जाणीवेवर बसतो व ह्याच संस्कारांमुळें आत्म्याविषयींचें ज्ञान झांकलें जातें. विचारांत संस्कारांच्या आवरणाचा भंग करण्याची शक्ति नसेल तर स्वतःच्या चुकीच्या विचारामुळें जाणीवेंत भ्रम उत्पन्न होतो व हा भ्रम जाणीवेची कमी उत्क्रांति झालेल्या प्राण्यांतच दिसून येतो असें नसून जाणीवेचा पूर्ण विकास झालेल्या मानवांतही दिसून येतो.

पूर्ण जाणीवेचें क्षेत्र:—दगडाच्या योनींतून क्रमानें उत्क्रांति पावणारी जाणीव हळूहळू वाढत जाऊन मानव योनींत पूर्ण विकास पावते. उत्क्रांतीचा इतिहास म्हणजे जाणीवेच्या संथपणें झालेल्या उन्नतीचा इतिहास होय. उत्क्रांतीचें फळ म्हणजे पूर्ण जाणीव होय व ती मनुष्यांत आढळते. परंतु ही पूर्ण जाणीव देखील धुळीनें आच्छादिलेल्या आरशाप्रमाणें असते. पूर्वसंस्कारांच्या प्रतिबंधामुळें ही मानवी पूर्ण जाणीव आत्म्याच्या खऱ्या स्वरूपाचें ज्ञान प्रकट करूं शकत नाही; म्हणूनच ती आपलें यथार्थ कार्य करण्याचे कामीं असमर्थ असते.

जाणीवेंत अहंभावाचा जन्म:—मनुष्यांतील अनेक संस्कारांमुळें जाणीवेला एका ठराविक मर्यादेंतच वावरावें लागतें व तिचें

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

कार्य निरनिराळ्या वासनांनीं अधिक निश्चित केलें जातें. परंतु वासना आपली पूर्ति करण्यास प्रवृत्त होत असल्यामुळें पूर्ण जाणीव देखील व्यक्तिनिष्ठ व स्वार्थी बनते. जाणीवेची पृथकता ही एक प्रकारें निरनिराळ्या वासनांमुळें उत्पन्न झालेल्या नदींतील भोंवऱ्याप्रमाणें होय. आत्मा हा वासनांत गुरफटला जातो आणि त्यांच्यामुळें निर्माण झालेल्या वर्तुळाच्या बाहेर तो पडूं शकत नाहीं. तो आपल्याच कल्पनेनें ह्या मर्यादा निर्माण करतो व त्यांतच स्वतः मोहवश होतो. नंतर तो स्वतःला मर्यादित व इतरांहून निराळा पाहतो. तो व्यक्तिगत अस्तित्वांतच गटांगळ्या खातो व जितकीं मनें व शरीरें दृष्टीस पडतात तितक्या त्याला निरनिराळ्या अनेक व्यक्ति भासतात.

निराळेपणा हा कल्पनेचा आभास होय:—एखाद्या बिलोरी कांचेंतून सूर्याचीं किरणें जाऊं दिलीं असतां तीं विस्कळित होतात व कांचेमुळें त्यांना अनेकत्व प्राप्त होतें. जर या प्रत्येक किरणाला जाणीव असती तर त्यांनीं स्वतःला दुसऱ्याहून पृथक मानलें असतें व त्यांना आपण एकाच सूर्यकिरणांतून उत्पन्न झालेले आहोंत याविषयीं विसर पडलेला दिसून आला असता. त्याच-प्रमाणें एकच सर्वश्रेष्ठ आत्मा हा मायेच्या जाळ्यांत अडकून स्वतःला अनेकसे समजूं लागतो. पण खरें पाहतां असें मुळींच नसतें. व्यक्तीचें पृथकत्व हें खरें पाहिलें असतां अस्तित्वांतच नसतें. पण कल्पनेमुळें व्यक्तीला पृथक् अस्तित्वाचा भास होतो. सर्वांतर्यामीं एकच असणारा आत्मा स्वतःलाच पृथक् मानूं लागतो आणि या पृथक् भावनेमुळें 'मी' व 'माझें' आणि 'तूं' व 'तुझें'

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

असा भेदभाव उत्पन्न होतो. **खरें पाहिलें असतां आत्म्याचे कोणतेच भाग पडूं शकत नाहींत.** तो सर्वांत सारखाच असला तरी स्वतःला पृथक् पृथक् व विभागला गेलेला निव्वळ कल्पनेमुळें मानतो. ही खोटी कल्पना आहे. कल्पना अति विशाल असली तरी ती सत्यापासून दूरच असते. कल्पना ही सत्याव्यतिरिक्त इतर कांहींही असूं शकेल. आत्म्याला निराळेपणांत जो कांहीं अनुभव येतो तो सर्व काल्पनिक होय. आत्म्याच्या या पृथक्तेच्या कल्पनेंतूनच अनेक व निरनिराळ्या भासणाऱ्या व्यक्ति उदयास येतात. यालाच अज्ञान किंवा माया म्हणतात.

दृश्य जगत्:—मर्यादित व पृथक् अस्तित्वाबरोबरच स्थूल जगताच्या काल्पनिक अस्तित्वास सुरुवात होते. ज्याप्रमाणें मर्यादित व पृथक् अस्तित्वाला केवळ कल्पनासाम्राज्यांतच अस्तित्व असतें त्याचप्रमाणें या स्थूल जगताला देखील खरें वास्तव्य नसून, कल्पनेमुळेंच तें आहे असा भास मात्र होतो. जेव्हां आत्मा मायेच्या द्वैतांत उतरतो तेव्हां त्याला मर्यादितपणा व विविधता प्राप्त होते. हा आत्म्यानें स्वतः निर्माण केलेला मर्यादितपणा म्हणजे जाणीवेच्या यज्ञ-वेदींत केलेला त्यागच होय. जरी तो पूर्वीप्रमाणेंच अनंत व एक असतो तरी कालानें मर्यादित, अनेक प्रकार असलेल्या आणि उत्क्रांति होत असणाऱ्या या जगतांत आल्यामुळें त्याला अपरिमित संकुचितपणा प्राप्त होतो. तरी देखील खरोखर आत्म्याचें अधःपतन होत नसून मर्यादित व पृथक् अस्तित्व उत्पन्न देणाऱ्या जाणीवेंतच बदल होत असतो.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

तिहेरी घोटाळा व द्वैत—मर्यादित व्यक्तित्वाचा इतिहास म्हणजे मन, प्राण व शरीर यांच्यामुळें उत्पन्न होणारा तिहेरी घोटाळ्याचा इतिहास होय. या तिन्ही प्रकारांत द्वैतभाव असतो आणि आत्मा स्वत:ला मूलत: अद्वय असतांना देखील या घोटाळ्यांत गुरफटून घेतो. द्वैतभाव हा विरोध उत्पन्न करतो. चांगले व वाईट, सद्गुण व दुर्गुण हीं असल्या विरोधाचींच उदाहरणें होत. द्वैतांत सांपडलेला अज्ञानी आत्मा चांगल्या व वाईट या दोघांचेही जाळ्यांत अडकून जातो. चांगलें व वाईट या द्वंद्वाला अज्ञानामुळें अस्तित्व प्राप्त झालेलें आहे; पण एकदा आत्मा यांत गुरफटला गेला कीं त्याचेवर त्यांचा अंमल सुरू होतो. शरीर, मन व प्राण या तिघांची उत्क्रांति होत असतांना उत्पन्न होणाऱ्या घोटाळ्यांत आत्मा वासनेच्या आधीन होतो. त्याला या स्थूल, सूक्ष्म व कारण जगांतील चांगलें व वाईट दोन्हीही हवें असतें. आणि चांगलें व वाईट यांच्या विषमतेमुळें वासनादेखील या विरोधाच्या ओढाताणीमुळें मर्यादित बनतात. यामुळें आयुष्यांत एका स्थितींतून दुसऱ्या स्थितींत नेणारे व कधीं न संपणारे हेलकावे उत्पन्न होतात व जीवनाला अनंतत्व कधींही प्राप्त होत नाहीं. **अमर्यादितपणा हा अखंड व कधीं न बदलणाऱ्या तत्वप्रत्ययांतच अनुभवास येतो.** अनंत अशा परमेश्वराचा शोध द्वैताहून श्रेष्ठ असणाऱ्या भूमिकेंत करावयाचा असतो, आणि जेव्हां जाणीव संस्कारांनीं निर्माण केलेल्या द्वैतांतून बंधमुक्त होते, तेव्हांच हें शक्य होतें.

जाणीव व नेणीव यांतील फरक:—आपण आतां पाहिलेंच आहे कीं, जाणीवेचें क्षेत्र संस्कारांनीं मर्यादित झालेलें असतें. ही

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

मर्यादिता मानवी अंत:प्रज्ञेचे दोन भाग पाडते. एक भाग जाणीवेच्या टप्प्यांत असतो व दुसरा भाग जाणीवेच्या टप्प्याबाहेर असतो. ही नेणीव सृष्टी मागील आदिशक्तीशीं एकरूप असून तिलाच लोक ईश्वर म्हणतात. नेणिवेंत असलेलें तत्त्व जाणीवेंत आणून त्याला अंतिम सत्य म्हणून ओळखावयास पाहिजे. जाणीवेचा विस्तार म्हटला म्हणजे जें पूर्वी खरोखर माहित नसतें त्याची जाणीव करणें हाच होय. सत्यप्रकाशित जाणीवेला कार्य करण्यांत कोणतेच अडथळे उद्भवत नाहींत. अशा प्रकारच्या उच्च स्थितींतील पूर्ण जाणीवेमध्यें आणि साधारण मनुष्याच्या जाणीवेमध्यें एकोणपन्नास महत्त्वाच्या पायऱ्या आहेत.

आध्यात्मिक उन्नति:—पूर्णतेस पावलेल्या सत्पुरुषांची (सद्गुरूंची) पूर्णप्रकाशित जाणीव आणि साधारण मानवाची आवरण-युक्त जाणीव ह्यांच्यामधील महदंतर अहंभाव उत्पन्न करणाऱ्या संस्कारांमुळें उत्पन्न होते. हे संस्कार पवित्र शील, भक्ति व नि:स्वार्थी सेवा यामुळें नाहींसे होतात. परंतु ह्या बाबतींत उत्तम प्रगति सद्गुरूच्या मदतीनें होते. आध्यात्मिक उन्नति ही जाणीवेचा अधिक विकास करण्यांत नसून (कारण मानव योनींत जाणीवेचा पूर्ण विकास झालेला असतो) तिला संस्कारांचें बंधनांतून मुक्त करण्यांतच असते. जरी तत्त्वत: जाणीव ही निरनिराळ्या स्थितींत एकच असते तरी जोंपर्यंत तिला आपल्या अनंतत्वाचें नि:संशय ज्ञान प्राप्त होत नाहीं व सर्व चराचराचे मूळ आपणच आहोंत हा प्रत्यक्ष अनुभव होत नाहीं तोंपर्यंत ती पूर्ण जाणीव सत्यप्रकाशित समजली जाऊं शकत नाहीं.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

गाढ निद्रा:—झोपीं जातांना प्रत्येक वेळेस तुमचें अनंत आत्म्याशीं ऐक्य होतें, परंतु ह्या तादाम्याचें तुम्हांस तेव्हां भान नसतें. ह्या तादात्म्य स्थितींत असतांना जाणीवेवर अज्ञानाचें आवरण असतें. ह्या स्थितींत जाणीव व नेणीव ह्यांतील अंतर नाहींसें होतें परंतु अनंतत्वाशीं झालेल्या ह्या ऐक्याचें झोपेंत भान नसल्यामुळें तुम्हांस त्यापासून बुद्धिपुर:सर कांही फायदा करून घेतां येत नाहीं. ह्याच कारणामुळें पुन्हां झोपेंतून जागें झाल्यावर तुम्हांला पूर्वींच्याच सामान्य व्यक्तित्वाचें स्मरण होतें व नंतरही व्यक्तिगत जीवनच चालू करतां. जर तुमचें आत्म्याशीं झालेलें ऐक्य तुम्हाला ओळखतां आलें असतें तर निजून उठतांच तुम्हाला फार फरक झालेला आढळून आला असता, कारण त्यानंतरचें तुमचें जीवन अतिशय प्रभावशाली व पूर्ण झालें असतें.

सत्याशीं जाणीवपूर्वक झालेलें ऐक्य:—सद्गुरु हे सत्याशीं (ईश्वराशीं) जाणीवपूर्वक एक झालेले असतात. ते आपण स्वयं परमात्मा असल्याचा अनुभव घेतात. त्यांचे बाबतींत, जाणीव व नेणीव यांतील अंतर जाणीव स्वत: नेणीवेवर आक्रमण करून नाहींसे करते. ह्याचे उलट निद्रित मनुष्याची नेणीव त्याच्या जाणीवेवर आक्रमण करतें. जाणीवेची वाढ किंवा क्षय हे फक्त मर्यादित मानवाचे बाबतींतच होत असतात. पूर्ण सद्‌गुरुचे बाबतींत जाणीवेनें नेणीवेवर कायमचा व अखंड विजय मिळविलेला असतो. त्यांची सत्‌चिदानंद स्थिति कधींही क्षय पावत नाहीं. यावरून आपणास कळेल कीं सामान्य दृष्टीनें सद्गुरु कधींही झोपीं जात नाहींत. जेव्हां ते शरीराला विश्रांति देतात

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

तेव्हां त्यांना आपल्या जाणीवेंत अंतर किंवा खंड पडल्याचा कधींच अनुभव येत नाहीं.

पूर्णप्रज्ञ स्थिति:—पूर्णप्रज्ञ स्थितींत जाणीव ही प्रकाशमान न होऊं देणाऱ्या सर्व अडचणींना दूर करून स्वतः पूर्ण फलद्रूप झालेली असते. नेणीवेचा जाणीवेशीं होणारा लढा अगोदरच संपून गेलेला असतो; आणि मनुष्य आत्मज्ञानरूपी सूर्याचे प्रकाशांत पूर्णपणें प्रकाशमान होतो. तो पूर्ण आत्म्यैक्य अनुभवितो; किंवा स्वतःच प्रकाशरूप बनतो. जोंपर्यंत मनुष्य द्वैतांत गुरफटलेला असतो व त्यांतील अनुभवालाच अंतिम सत्य मानतो तोंपर्यंत तो अज्ञानामुळें निर्माण झालेल्या मर्यादेंतच वावरत राहतो. एकमेव अनंतत्व हेंच खरें सत्य होय. अनंतांत सर्वांचा समावेश होतो; त्याला दुसरा कोणताही प्रतिस्पर्धी उरत नाहीं. ज्याला या अनंत आत्म्याचा अनुभव होतो त्याची जाणीव उच्च व अंतिम स्थितीप्रत पोहोंचलेली असते. ह्या स्थितींत उत्क्रांतीमुळें प्राप्त झालेली पूर्ण जाणीव कायमच असते परंतु तिच्यावरील संस्कारांचें व वासनांचें आवरण नाहींसें झालेलें असतें; व अज्ञानामुळें आलेल्या मर्यादित व्यक्तित्वाचें अनंत व अमर्याद अशा ईश्वरत्वांत रूपांतर होतें. अनंत आत्म्याची अमर्याद जाणीव जरी प्रत्येकाला व्यक्तिगत प्राप्त होते तरी ती कोणत्याही प्रकारचा भ्रम उत्पन्न करीत नाहीं. असा मनुष्य स्वार्थामुळें निर्माण झालेल्या वासनांतून मुक्त होतो, व आध्यात्मिक उन्नतीला चालना देण्यास एक ईश्वरी व अनंत शक्तीचें केंद्र बनतो. अज्ञानाच्या नाशामुळें व्यक्तित्व मर्यादारहित बनतें. अशी

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

व्यक्ति, मायेच्या पृथक् भावनेमध्यें कधींच न फसणारी व अविनाशी असल्यामुळें, सतत मुक्त स्थितीचा आनंद अनुभवीत असते; या मुक्त स्थितींत सर्व जग शून्यवत् स्वप्नमय भासतें, आणि अखंड आनंद व पावित्र्याचा लाभ होतो. साधारण मनुष्याला दु:खित व बेचैन करणारी माया अशा पुरुषापासून दूरच राहते. एका अर्थी तो मृत असतो कारण निरनिराळेपणाचा अनुभव आणणारा त्यांच्यांतील व्यक्तिगत अहंभाव कायमचा नाहींसा होतो. परंतु दुसऱ्या अर्थी तो नेहमीं करतांच सत्चिदानंदस्थितीचा अनुभव घेऊन अमर बनतो. अशा पुरुषांत अनंत शक्ति व ज्ञान वास करतें आणि सर्व जगांतील मानवांची आध्यात्मिक उन्नति करण्याकरतां हें विश्व त्याचें आध्यात्मिक क्षेत्र बनतें.

पुस्तकालय
गुरुकुल कांगड़ी

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

मेहेरवचनामृत

"प्रियतम परमात्मा तुमच्या मनोरूपी मंदिरांत प्रवेश करण्यास सदैव तयार आहे. परंतु त्यांत तुमच्या असंख्य प्रिय वासनांचीं दाट वसति असल्यामुळे त्याच्यासाठी रिकामी जागाच नाही."

"परमेश्वरापासून निराळे होण्यास तुम्ही स्वतःच कारणीभूत आहांत. आपल्या मर्यादितपणाच्या भावनेचा त्याग करा म्हणजे तुमचे त्याच्याशी ऐक्य होईल."

"रोगाचा प्रतिकार औषधानेंच होऊं शकतो. त्याचप्रमाणें मत्सर किंवा द्वेष ह्यांच्या प्रतिकाराचा उपाय प्रेम हाच होय. कोणाही विषयी द्वेषभावना उत्पन्न झाल्यास तो आपल्याच आत्म्याचें स्वरूप आहे ही आठवण ठेवण्याचा प्रयत्न करा."

"जेथें द्वैतभावना आहे तेथें दुःख हटकून असणारच खरें सुख अद्वैतांतच असतें."

"परमेश्वराचा अनुभव म्हणजे स्वतःचेच सत्यस्वरूप ओळखणें."

"सद्गुरुकृपेनेच साधकाचे अंतःकरणांत शुद्ध ईश्वरी प्रेमाचा उदय होतो."

नारायण मुद्रणालय, धनतोली, नागपूर.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

Meher Publications

(1) Meher Baba's Discourses
(Five Volumes) each Rs. 2-0

(2) Gems from the Teachings of
Meher Baba Rs. 1-4

(3) Divine Theme—By Meher Baba Rs. 4-0

(4) Perfect Master (Life of Shri Meher Baba)
By C. B. Purdom Rs. 6-0

(5) Meher Baba—The Awakener.
By Dr. C. D. Deshmukh M.A. PH.D. (London)
(with Foreword by
Princess Norina Matchbelli) Rs. 1-0

(6) Shri Meher Baba-His Philosophy
& Teachings. By A. K. Abdulla. Rs. 1-0

(7) Meher Baba — By Eastern &
Western Disciples. Rs. 0-3

(8) Sayings of Shri Meher Baba Rs. 0-4

(9) Shri Meher Baba. Vol. I. (Gujrathi)
By F. H. Dadachanji Rs. 2-0

(10) Meher Baba. (Urdu)
By K. E. Afseri. Rs. 0-2

(11) Meher Baba. (Persian)
By S A. Abbas. Rs. 0-2

(12) श्रीमेहेरबाबा और उनके आध्यात्मपर लेख (हिंदी) Rs. 1-8

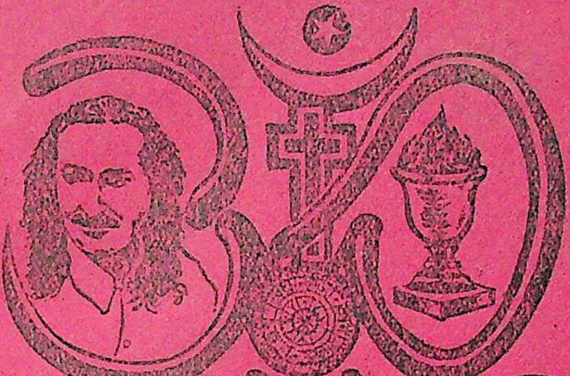
(13) श्रीमेहेरबाबा (मराठी)
By Dr. C. D. Deshmukh. M.A. PH.D. Rs. 1-8

Can be obtained from:—

Adi. K. Irani,
Meher Baba Universal Spiritual Centre,
King's Road, Ahamadnagar.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri



अवतार मेहेरबाबा

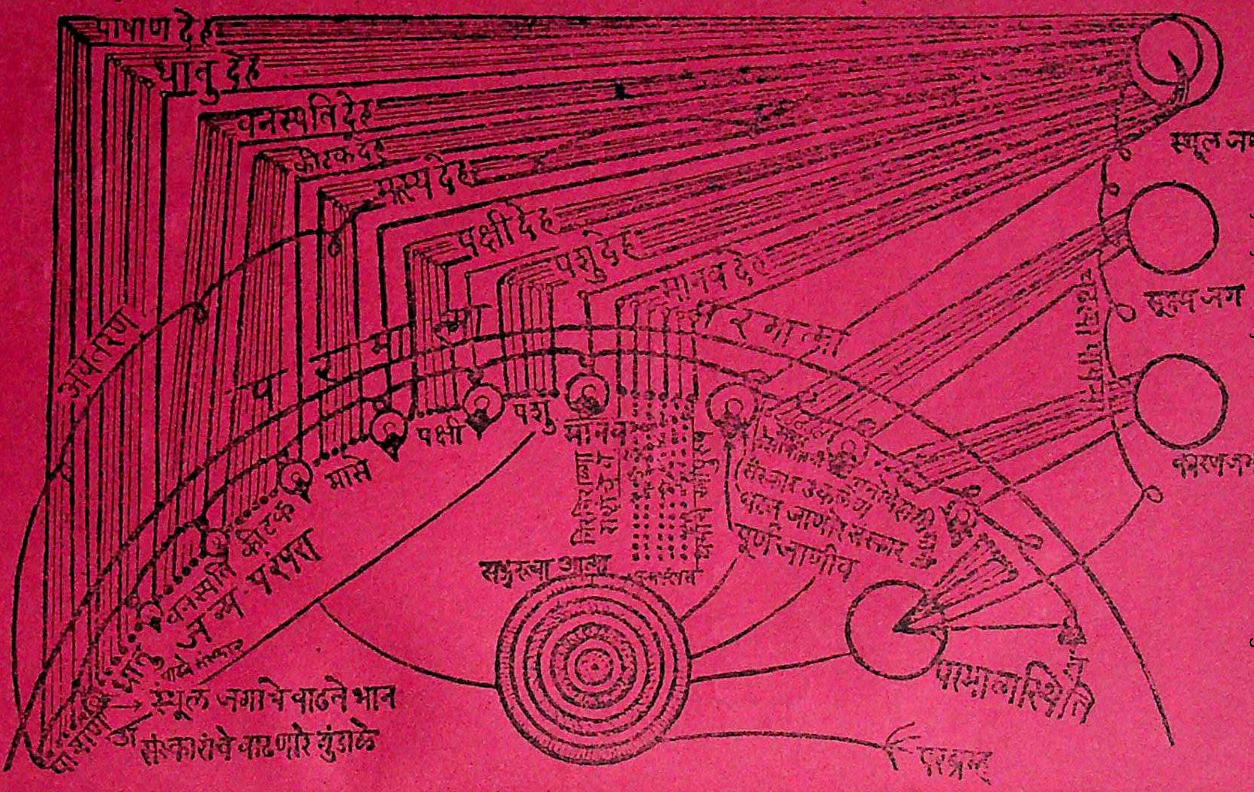
माला

पुष्प दुसरें

उत्क्रांति - जन्मपरंपरा व मोक्षमार्ग

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

आकृति नं. १



Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

उत्क्रांति - जन्मपरंपरा
व
मोक्षमार्ग

ऋते ज्ञानान्न मुक्तिः
पुस्तक सं० ...
आगत सं० ...
तिथि० ...
गुरुकुल ग्रन्थालय काँगड़ी.

भाग पहिला
(प्रास्ताविक)

उत्क्रांति, जन्मपरंपरा व मोक्षमार्ग ह्यांमधून प्रवास केल्यावर आत्म्याला स्वानुभव येऊं शकतो. पूर्ण जाणीवशक्ति मिळविण्यासाठी, तो उत्क्रांतीच्या प्रक्रियेमध्ये आपल्या भोवती वाढत्या प्रमाणांत संस्कार गोळा करीत जातो; व अखेरीस मानवदेह मिळाला म्हणजे त्याला पूर्ण जाणीव व सर्व प्रकारचे स्थूल संस्कार प्राप्त होतात.

यानंतर मानवदेहांतच आत्म्याची जन्मपरंपरा चालू होते. या अनेक जन्मांमध्ये, उत्क्रांतींत मिळालेली पूर्ण जाणीव कायम ठेऊनच तो नानाविध चांगल्या व वाईट संस्कारांचा आळीपाळीने अनुभव घेतो. मोक्षमार्गांत प्रवेश केल्यावर देखील आत्म्याची पूर्ण

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

जाणीव कायमच राहते; परंतु आत्म्यावरील संस्कार उत्तरोत्तर फिके पडत जातात व अखेरीस ते सर्व नष्ट होऊन केवळ पूर्ण जाणीवच कायम राहते.

संस्कार फिके होत असतांना स्थूल संस्कार सूक्ष्म बनतात; नंतर हे सूक्ष्म संस्कार मनोरूप (mental) होतात; व अखेरीस सर्व संस्कार पूर्णपणें नाहीसे होतात.

मानवदेह प्राप्त होईपर्यंत, आत्म्यावरील संस्कारांचे गुंडाळे उत्क्रांतीच्या क्रमांत अधिकाधिक वाढतात व दृढ होतात; व मानव-देह प्राप्त झाल्यावर सुद्धा, जन्मपरंपरेचा अनुभव घेत असतांना हे संस्कारांचे गुंडाळे कोणत्याही प्रकारें कच्चे होत नाहीत. परंतु, मोक्षमार्गामध्ये प्रगति करीत असतांना संस्कारांचे गुंडाळे हळूहळू उकलले जातात व अखेरीस आत्मसाक्षात्काराचे स्थितींत आत्म्या-वरील सर्व संस्कार पूर्णपणें नष्ट होतात.

सर्वांतर्यामीं असणारा परमात्माच सत्य वस्तु होय. परमे-श्वराशिवाय दुसऱ्या कोणत्याही वस्तूला खरें अस्तित्व नाही. निरनिराळे भासणारे सर्व जीवात्मे ह्यां परमात्म्यामध्येच असून ह्याच्याहून मुळीच निराळे नाहीत. उत्क्रांति, जन्मपरंपरा व मोक्ष-मार्ग ह्यांची आवश्यकता आत्म्याला स्वतःच्या स्वरूपाची यथार्थ जाणीव होण्यासाठीच आहे. उत्क्रांति चालू असतां, संस्कारांचे गुंडाळे निर्माण होतात. या संस्कारांमुळे जाणीवेला जरी बंधन होते तरी त्यांच्यावाचून जाणीवेचा उत्तरोत्तर विकास होऊं शकत नाही. मोक्षमार्गांत संस्कारांचे गुंडाळे पूर्णपणें उकलले जातात

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

तेव्हा जाणीवेचें सर्व प्रकारचें बंधन नष्ट होऊन उत्क्रांतीनंतर तयार झालेली पूर्ण जाणीवच अखेर कायम राहते.

उत्क्रान्तिक्रमांत संस्कारांचे गुंडाळे उत्पन्न होत असतांना आत्मा सात पायऱ्या खाली उतरतो; आणि मोक्षमार्गांत संस्कारांचे गुंडाळे उकलले जात असतांना आत्मा सात पायऱ्या (भूमिका) वर चढतो. परंतु उतरणें व चढणें हे दोन्हीही केवळ भास होत. सर्व-व्यापी आत्म्याची अखंड अनंतता सर्व स्थितींत कायमच असते; त्यांत चढणें, उतरणें किंवा इतर दुसरी कोणतीही हालचाल होत नाहा.

निरनिराळ्या राष्ट्रांचे, धर्मांचे व जातीचे जे स्त्रीपुरुष आहेत त्या सर्वांचा आत्मा एकच आहे; व त्यांना परस्परांना मदत किंवा विरोध करण्याचा, त्याचप्रमाणे शांततेचा किंवा युद्धाचा, चांगला किंवा वाईट जो अनुभव येतो, तो देखील शून्यस्वरूप असलेल्या देहांच्या किंवा मनांच्या द्वारें मिळत असल्यामुळे भ्रमाचाच भाग आहे.

द्वैतांतील रूपमय सृष्टि उत्पन्न होण्यापूर्वी, ज्ञान, शक्ति व आनंदाचा अखंड व अमर्याद महासागरच असलेल्या परमात्म्याशिवाय दुसरी कोणतीही वस्तु अस्तित्वांत नव्हती. परंतु ह्या महासागरास स्वतःचा जाणीवयुक्त अनुभव नव्हता. कल्पना करा की, हा महासागर अत्यंत शांत व स्थिर आहे व स्वतःच्या शक्तीची, ज्ञानाची व आनंदाची जाणीवही त्याला नाही; एवढेंच नव्हे तर आपण स्वतः महासागर आहोत हें देखील त्याला माहित नाही व ह्या महासागरांत जे असंख्य

गुरुकुल कांगड़ी पुस्तकालय
CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

जलबिंदु आहेत त्यांना देखील आपण जलबिंदु असल्याची, महासागरांत असल्याची किंवा महासागराचाच भाग असल्याची जाणीव नाही. परमात्म्याची प्रारंभींची स्थिति अशी होती.

स्वतःचें स्वरूप कळण्याची जिज्ञासा जागृत झाल्यामुळे ह्या महासागरांत खळबळ उत्पन्न होते. ही जिज्ञासा ह्या महासागरांत पहिल्यापासूनच सुप्त स्थितीमध्ये होती. जेव्हा ही जिज्ञासा व्यक्त होऊं लागते, तेव्हा महासागरांतील प्रत्येक बिंदूला व्यक्तित्व प्राप्त होतें. ह्या जिज्ञासेमुळे महासागरांतील शांत जलामध्ये जेव्हा खळ-बळ उत्पन्न होते, तेव्हा त्यामधील जलबिंदूंच्या सभोवतीं अनेक बुडबुडे किंवा आकार उत्पन्न होतात, व ह्या बुडबुडयांमुळेच जलबिंदूंना म्हणजे जीवात्म्याला व्यक्तित्व प्राप्त होतें. बुडबुड्यां-च्या मुळे अखंड महासागरांत खरोखरचे निरनिराळे भाग होत नाहीत. त्यांच्यामुळे जलबिंदू हे महासागरापासून वास्तविकपणें निराळे होऊं शकत नाहीत. बुडबुड्यांच्यामुळे जलबिंदूंना निराळे-पणाचा किंवा व्यक्तित्वाचा केवळ आभास मात्र होतो.

आता आपण एका जलबिंदूचें किंवा जीवात्म्याचें जीवन आरंभापासून शेवटपर्यंत पाहूं. सभोवतीं बुडबुडा किंवा आकार निर्माण झाल्यामुळे जलबिंदूमध्ये किंचित् जाणीव उत्पन्न होऊन व्यक्तित्वाचा म्हणजे निराळेपणाचा भास उत्पन्न होतो. जलबिंदूंत म्हणजे जीवात्म्यांत उत्पन्न झालेल्या ह्या जाणीवेला आत्म्याचें किंवा महासागराचें ज्ञान नसतें; तर ह्या जाणीवेला शून्यस्वरूप असलेल्या बुडबुडयांचें म्हणजे देहरूप आकारांचेंच ज्ञान असतें. प्रारंभींचा पहिला अपूर्ण बुडबुडा म्हणजे दगड होय. कालांतराने

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

२११८०
२८.३.८२
Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

हा बुडबुडा फुटून त्याच्या जागीं दुसरा उत्पन्न होतो, तेव्हा खालील दोन गोष्टी घडतात. (१) जाणीवेचा अधिक विकास होतो; व (२) पूर्वीच्या बुडबुडयांत जे संस्कार उत्पन्न झालेले असतात त्या सर्वांना एक प्रकारची गाठ बसून ते पक्के होतात. नवीन बुडबुडा उत्पन्न झाल्यावर जाणीव वाढते; परंतु जलबिंदूच्या म्हणजे जीवात्म्याच्या या वाढत्या जाणीवेंत नवीन बुडबुडयाचें किंवा आकाराचेंच ज्ञान असतें; स्वतःचें म्हणजे आत्म्याचें ज्ञान नसतें. नंतर हा नवीन बुडबुडा फुटून, तेथे आणखी दुसरा नवीन बुडबुडा किंवा आकार उत्पन्न होतो; व असें होत असतांना जमलेल्या सर्व संस्कारांना आणखी एक गाठ बसून जाणीव अधिक वाढते. याप्रमाणें मनुष्यदेह येईपर्यंत उत्क्रांतीमध्ये दगड, धातु, वनस्पति, कीटक, मासे, पक्षी व जनावरें अशा सात पायऱ्या आहेत. प्रत्येक वेळीं बुडबुडा किंवा आकार बदलत असतांना जाणीव जास्त वाढून पूर्वीच्या संस्कारांना गाठ बसते व अखेरीस मनुष्यदेहरूपी बुडबुडा किंवा आकार मिळाला म्हणजे त्यांत जाणीव पूर्ण विकास पावते. परंतु, उत्क्रांतीमध्ये संस्कारांची वेष्टनें निर्माण होत असतांना संस्कारांना ज्या गाठी बसतात त्यांच्यामुळे बिंदुरूप जीवात्म्याची जाणीव बुडबुड्यावर म्हणजे आकारावरच जखडून राहते; व ह्याच कारणामुळे मनुष्यदेहांतसुद्धा जाणीवेची पूर्ण वाढ झालेली असूनही आत्म्याला स्वतःचें ज्ञान होऊं शकत नाही.

मनुष्यदेह मिळाल्यावर जीवात्म्याचा दुसऱ्या स्थितींत प्रवेश होतो. ही दुसरी स्थिति म्हणजे जन्मपरंपरा. मनुष्यदेह मिळाल्या-

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar
गुरुकुल कांगड़ी

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

वर संस्कारांचे अधिकाधिक गुंडाळे होण्याची क्रिया बंद होते. ह्या स्थितींत जीवात्म्याला एकानंतर एक असे चौऱ्यांशी लक्ष देह घ्यावे लागतात. हे मनुष्य देह कधी पुरुषांचे तर कधी स्त्रियांचे असतात; व त्याचप्रमाणे जीवात्मा अनेक मनुष्यदेह घेऊन कधी भिकारी-पणाचा तर कधी राज्यपदाचा याप्रमाणे निरनिराळ्या सुखदुःखरूप द्वंद्वांचा, चांगल्या व वाईट संस्कारानुरूप अनुभव घेतो. मनुष्य देहांतील या जन्मपरंपेरमध्ये पूर्वींचे कांही संस्कार खर्च होऊन जातात; परंतु ह्या क्रियेंत संस्कारांचे गुंडाळे उकलले जात नाहीत. कारण, पूर्वींचे संस्कार खर्च होऊन त्यांचा अनुभव घेत असतांना दुसरे नवीन संस्कार उत्पन्न होत असतात. ज्या वेळीं मनुष्य मोक्ष-मार्गांत प्रवेश करतो तेव्हाच त्याच्या संस्कारांचे गुंडाळे उकलले जाण्यास सुरुवात होते; ह्या क्रियेंत दुसरे नवीन संस्कार उत्पन्न होत नाहीत; व अखेरीस आत्म्यावरील संस्कारांची सर्व वेष्टनें उकललीं जातात.

मनुष्यदेह मिळेपर्यंत संस्कारांचीं वेष्टनें अधिकाधिक पक्कीं होत जातात. मनुष्यदेहांतील जन्मपरंपरेमध्ये हीं वेष्टनें कायम राहून तीं जाणीवेला मर्यादित ठेवतात; परंतु प्रत्येक मनुष्यदेह बदलतांना संस्कारांच्या गाठींना एक धक्का बसतो. अशा प्रकारें मोक्षमार्गांत प्रवेश करण्यापूर्वी संस्कारांच्या गाठींना चौऱ्यांशी लक्ष धक्के बसल्यामुळे त्या गाठी ढिल्या होतात.

त्यानंतर मोक्षमार्गांतील वर चढण्याच्या तिसऱ्या प्रक्रियेला सुरुवात होते. ह्या प्रक्रियेमध्ये महासागरांतील जलबिंदूवरील म्हणजे आत्म्यावरील संस्कारांचीं वेष्टनें हळूहळू उकललीं जाण्यास सुरु-

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

वात होते. असें होत असतांना संस्कार उत्तरोत्तर अधिक फिके होत जातात; व आत्म्याची जाणीव हळूहळू स्वतःकडे वळते; आत्मा सूक्ष्म व कारण जगतांतील भूमिका उल्लंघन करीत जातो; व त्याचे सर्व संस्कार नाहीसे झाल्यावर त्याला आपण स्वतःच परमात्मरूप महासागर आहों असा जाणिवपूर्वक अनुभव येतो.

परमात्मरूपी अनंत महासागरांत तुम्ही एक जीवरूपी जलबिंदु आहांत. तुमचा आत्मा साधारण स्थितीमध्ये आहे. तुम्ही आपल्या जाणीवेने बुडबुडयाचा किंवा आकाराचा अनुभव घेतां. ह्या बुडबुडयाच्या स्थूल आवरणामधून, पृथ्वीरूपी जो एक मोठा स्थूल बुडबुडा आहे त्याचा तुम्ही अनुभव घेतां. वास्तविक पाहतां तुम्ही पूर्वीपासूनच परमात्म्याशीं एकरूप आहांत; परंतु तुम्हांला परमात्म्याचा अनुभव येत नाही. तुमची जेव्हा आध्यात्मिक प्रगति होते तेव्हा तिसऱ्या भूमिकेपर्यंत तुम्ही आपल्या जाणीवेने सूक्ष्मजगतूरूपी जो एक मोठा सूक्ष्म बुडबुडा आहे, त्याचा अनुभव घेतां; व हा अनुभव तुम्हांला सूक्ष्मदेहरूपी सूक्ष्म बुडबुडयामधून येतो. परंतु परमात्म्याकडे तुमची जाणीव वळलेली नसते म्हणून तुम्हाला स्वतः परमात्म्यांतच असूनही परमात्म्याचा अनुभव येत नाही. तुमची जेव्हा तिसऱ्या भूमिकेपासून सहाव्या भूमिकेपर्यंत प्रगति होते तेव्हा तुम्ही आपल्या जाणीवेने कारण-जगतूरूपी जो एक मोठा मनोमय बुडबुडा आहे त्याचा अनुभव घेतां; व हा अनुभव तुम्हाला कारणशरीररूपी बुडबुडयाच्या द्वारें येतो. ह्या स्थितींत देखील तुम्हांला परमात्म्याचा अनुभव येत

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

नाही. परंतु ईश्वरी स्थितीमध्ये तुम्ही आपल्या जाणीवेने परमात्म्याचाच अनुभव घेतां; व ह्या स्थितींत सर्व आकार केवळ बुडबुडेच आहेत असा अनुभव येतो.

आता अशी कल्पना करा की तुम्ही परमात्मरूपी महासागरांतील बिंदुरूप आत्मा असून ह्या आत्म्याला स्थूल शरीराशिवाय आणखी पांच आवरणें आहेत. सध्या तुमचा बिंदुरूप आत्मा स्थूल शरीराकडे व त्याच्याद्वारें स्थूल जगताकडे पाहतो. तसेंच तुम्ही जेव्हा आंतील दुसऱ्या आवरणाकडे व दुसऱ्या आवरणाच्या द्वारें पहाल तेव्हा तुमचें स्थूल शरीररूपी पहिलें आवरण केवळ आवरणच आहे असा अनुभव येईल. याप्रमाणें क्रमश: आंतील सर्व आवरणांच्या मागे जाणीवरूपी दृष्टि पोचविली म्हणजे हीं सर्व आवरणें स्वत:चींच केवळ छायारूप आच्छादनें आहेत असा अनुभव येतो; व अखेरीस तुम्ही परमात्म्याकडे जाणीव वळवून त्याच्याशीं एकरूप झालां म्हणजे प्रारंभापासून स्वत: तुम्हीच केवळ सत्य होतां आणि आतापर्यंत तुमच्या अनुभवास आलें तें तुमच्याच स्वत:च्या छायेवाचून दुसरें कांहीही नव्हतें, हें निश्चित ज्ञान तुम्हांला मिळतें.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

भाग दुसरा

रेखाकृतींचें स्पष्टीकरण

आकृति नं. १

रेखाकृति नं. १ मधील मोठें अर्धवर्तुळ सर्वव्यापक परमात्मा (Oversoul) दर्शवितें. परमात्म्यामध्ये जगांतील सर्व वस्तूंचा समावेश होतो. उत्क्रान्ति (Evolution), जन्मपरंपरा (Reincarnation) व मोक्षमार्ग (Process of realisation) असे जीवात्म्याच्या जीवनामधील तीन मुख्य विभाग दर्शविले आहेत. छोटें वर्तुळ म्हणजे जीवात्मा. नरदेह प्राप्त होण्यापूर्वी जीवात्मा ज्या दशांमधून जातो त्या अशाः—दगड, धातु, वनस्पति, कृमि, मत्स्य, पक्षी व प्राणी. ह्या प्रत्येक दशेचे सात विभाग होतात. सातवा टप्पा पूर्ण झाला की दशा बदलते व दशांतराचे स्थानीं रेखाचित्रांत जी गाठ दिसते तिचा अर्थ असा आहे की दशा बदलतांना, पूर्वी मिळविलेले सर्व संस्कार एकत्रित होऊन घन होतात. जीवात्म्या भोवतीं जें वर्तुळ आहे तें उत्क्रान्तींत उत्पन्न झालेले संस्कार दाखवितें व जीवात्म्याखाली जें भरीव लोलक आहे तें संस्कारांबरोबरच वाढत असलेली जाणीव दाखवितें. 'अ' जीवात्मा, उत्क्रान्ति, जन्मपरंपरा व मोक्षमार्गांचा अनुभव घेतल्यावर 'ज्ञ' जीवात्मा होतो. फक्त परमात्मस्थितींतच जाणीवेवर संस्कारांचें आवरण रहात नाही.

उजव्या बाजूला जीं तीन मोठीं वर्तुळें आहेत तीं क्रमशः खालील तीन भूमी दाखवितातः—(१) अन्नभूमि (gross

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

world) (२) प्राणभूमि (subtle world) व (३) मनोभूमि (mental world). नरदेह मिळविण्यापूर्वी स्थूल जगताची जाणीव पूर्णपणें विकसित झालेली नसते, म्हणून दगड, धातु, वनस्पति, कृमि, मत्स्य, पक्षी व प्राणि यांचे देह असलेल्या जीवात्म्यांची जाणीव रेषारूपाने स्थूल जगताच्या वर्तुळाला अंशतःच स्पर्श करतांना दाखविली आहे. या रेषा, अनुक्रमें दगड, धातु, वनस्पति कृमि, मत्स्य, पक्षी व प्राणि या देहां (forms) च्या द्वारें मनुष्यपूर्व स्थितींतील जीवात्म्यांचा व स्थूल जगताचा जाणीवरूप संबंध दाखवितात. नरदेहांतील जाणीव पूर्ण विकसित असल्यामुळे त्यांतून जाणाऱ्या रेषा स्थूल जगताच्या संपूर्ण वर्तुळांतून जातांना दाखविल्या आहेत.

मनुष्य देहांतील जन्मपरंपरेंतून जात असतांना जीवात्म्याला स्त्रीदेह व पुरुषदेह या दोहोंचा अनुभव घ्यावा लागतो. त्याच-प्रमाणे जीवात्मा कोणत्याही देशांत, पंथांत किंवा धर्मांत जन्म घेतो. मनुष्यदेह मिळण्यापर्यंतची घटना वर चढण्यासारखी दिसत असली तरी आत्मज्ञानाच्या दृष्टीने जीवात्मा ह्या घटनेंत वास्तविक अधिकाधिक खाली उतरत असतो; व मोक्षमार्गांत तो खाली उतरत असल्यासारखें दिसत असलें तरी तो या घटनेंत वास्तविक आत्मज्ञानाच्या दृष्टीने अधिकाधिक वर चढत असतो. रेखाकृतिमध्ये पहिली (वास्तविक उतरण्याची) घटना दाखविण्या-साठी दगडापासून स्थूलजगतापर्यंत वर गाठी बनवीत जाणारी रेषा काढली आहे व दुसरी (वास्तविक चढण्याची) घटना दाख-विण्यासाठी स्थूल जगतापासून परमात्मस्थितीपर्यंत खाली गाठी सोडवीत येणारी दुसरी रेषा काढली आहे. गाठी बनण्याची क्रिया

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

संपल्यावर मनुष्यदेहांतील जन्मपरंपरा सुरू होते व गाठी सुटण्यास प्रारंभ होईपर्यंत ती अव्याहत चालू राहते.

मोक्षमार्गांतील पहिल्या भूमिकेपासून तिसऱ्या भूमिकेपर्यंतचे उन्नत जीवात्मे स्वतःच्या सूक्ष्म शरीरांशीं तादात्म्य पावून सूक्ष्म जगताचाच अनुभव घेतात. स्थूल जगताची जाणीव असणाऱ्या साधारण जीवात्म्यांचें त्यांना भान असतें व ते त्यांच्यावर सूक्ष्म जगतात कार्यही करतात; परंतु हें सर्व ते स्वतःच्या सूक्ष्म शरीरांमधून सूक्ष्म जगतांत करतात व त्यांचा स्थूल शरीरांच्या द्वारां स्थूल जगताशीं कांहीही संबंध नसतो. त्याचप्रमाणे चवथ्या भूमिकेपासून सहाव्या भूमिकेपर्यंतच्या उन्नत जीवात्म्यांना स्थूल व सूक्ष्म जगताची जाणीव असणाऱ्या जीवात्म्यांचें भान असतें; परंतु त्यांच्यावरील आपलें कार्य ते कारणशरीरांतून कारणजगतांत करतात; व स्थूल देहांतून स्थूल जगताशीं किंवा सूक्ष्म देहांतून सूक्ष्म जगताशीं त्यांचा कांहीही संबंध नसतो. म्हणून रेखाचित्रामध्ये सूक्ष्मभानाच्या जीवात्म्यांचा संबंध केवल सूक्ष्म जगताच्या वर्तुळाशींच व कारणभानाच्या जीवात्म्यांचा संबंध केवल कारणजगताच्या वर्तुळाशींच रेषारूपाने दाखविला आहे.

परमात्मस्थितीमध्ये जाणीवेची सर्व संस्कारांपासून मुक्तता होऊन ती ईश्वराकडे वळते; व ह्या 'मज्झुबांच्या' (विदेही सिद्धांच्या) अवस्थेंत आत्म्याचा स्थूल, सूक्ष्म अथवा कारण यांपैकी कोणत्याही जगताशीं संबंध रहात नाही. परंतु परमात्मस्थितींतील कांही फारच थोडे आत्मे खाली उतरून सृष्टीची जाणीव पुन्हा मिळवितात व हेच पूर्ण सद्गुरू होत. सद्गुरूचा आत्मा रेखाचित्रांत

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

एकांत एक बसविलेल्या सात वर्तुळांनी स्वतंत्रपणें दाखविला आहे. ह्या वर्तुळांचा अर्थ रेखाचित्र नं. २ मध्ये स्पष्ट केला आहे. संबंध दाखविणाऱ्या रेषांच्या द्वारें रेखा चित्रांत खालील मुद्दे स्पष्ट केले आहेत ते लक्षांत घ्यावेत.

(१) सद्‌गुरुपद मिळालेल्या आत्म्याचा विज्ञानभूमीशीं म्हणजे परमात्म्याच्या सर्वातीत भागांशीं संबंध असतो. ही विज्ञानभूमी सर्व सद्‌गुरूंचें विश्रांतिस्थान असते. (२) तसेंच त्याचा परमात्मस्थितीशीं संबंध असतो व त्याचप्रमाणे (३) त्याचा तीन्ही जगतांशीं व सर्व जीवात्म्यांशीं (—मग ते कारणभानाचे, सूक्ष्मभानाचे किंवा जन्मपरंपरेंतील स्थूल भानाचे साधारण जीवात्मे असोत किंवा मनुष्यदेहापूर्वीचे उत्क्रान्तिस्थितीमधील जीवात्मे असोत—) संबंध असतो.

आकृति नं. २

रेखाचित्र नं. २ मध्ये उत्क्रान्तिविषयक व मोक्षमार्गविषयक अधिक विस्तृत व सूक्ष्म माहिती दिली आहे. सर्व वर्तुळांचे आंतील सर्वांत लहान छोटें वर्तुळ म्हणजे जीवात्मा. मनुष्यदेह मिळेपर्यंत जीवात्म्याभोवतींचीं वर्तुळें संख्येने वाढतांना दाखविलीं आहेत; व पुढे हीं सर्व वर्तुळें कायम राहतात. जीवात्म्याच्या वर्तुळाला लागूनच जें दुसरें वर्तुळ आहे तें त्याची जाणीव (consciousness) दाखवितें. ही जाणीव मनुष्यदेहापर्यंत वाढत जाते; परंतु पुढे ती तशीच कायम राहते. उत्क्रान्तीमध्ये वनस्पतींना फारच थोडया प्रमाणांत नैसर्गिक अंतःप्रेरणा

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(instinct) असतें; पण त्यांना सूक्ष्म शरीर नसतें. सूक्ष्म शरीर हें अविकसित स्थितींत प्रथम कृमींमध्ये व सरपटणाऱ्या प्राण्यांत आढळून येतें. ह्या सूक्ष्म शरीराचा विकास होत जाऊन तो मनुष्य देहांत पूर्ण होतो. सूक्ष्म शरीराच्या विकासाबरोबरच अंतःप्रेरणाही वाढते. बुद्धि ही अत्यल्प प्रमाणांत प्रथमतः प्राण्यामध्ये निर्माण होते; परंतु कारणदेह हा उत्क्रान्तीच्या शेवटीं मनुष्यदेहांतच उत्पन्न होतो.

मनुष्यस्थितींतील वर्तुळांमध्ये सर्वांत आंतील वर्तुळ म्हणजे जीवात्मा; दुसरें वर्तुळ म्हणजे पूर्ण जाणीव व त्यावरील इतर वर्तुळें, अनुक्रमें, खालील गोष्टी दाखवितात, (१) व्यष्टिभावाचें स्थान, (२) अनाविष्कृत सुप्त वासना अथवा संस्कार, (३) बुद्धि, (४) कारणदेहांतील अनुभवांत येणाऱ्या वासना, (५) ज्यांत वासना अंशतः व्यक्त होतात तें सूक्ष्म शरीर, व (६) ज्यांत सर्व वासना पूर्णपणें व्यक्त होतात, तें स्थूल शरीर.

जाणीवेचें वर्तुळ सोडून, जीवात्म्याच्या वर्तुळाभोवतींचीं इतर सर्व वर्तुळें जाणीवेवरील आवरणांचे थर दाखवितात. ह्या थरांपैकी सर्वांत बाहेरचें वर्तुळ म्हणजे स्थूल शरीर व त्याच्या जवळचें आंतील वर्तुळ म्हणजे सूक्ष्म शरीर होत; व बाकीचीं आवरणरूपीं चार वर्तुळें कारणदेहाचे (म्हणजेच मनोदेहाचे) चार व्यापार दाखवितात. कारणदेहांतील या चार व्यापारांपैकी इच्छा व विचार ह्या दोहोंचा समावेश बहुधा मनामध्ये करतात; व बीजरूप वासना अथवा अनुदित संस्कार व व्यष्टिभाव या दोन व्यापारांचा समावेश अहंभावामध्ये करतात. ह्याप्रमाणे मानवी स्थितींत जीवात्म्याला

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

तीनच शरीरें असलीं तरी (स्थूल देहरूपी आवरण धरून) सहा आवरणें असतात.

जन्मपरंपरेचा अनुभव घेऊन मनुष्यदेहधारी आत्मा जेव्हा मोक्षमार्गांत प्रवेश करतो तेव्हा बुद्धी (Intellect) च्या जागीं अंत:स्फूर्ति (Inspiration) उत्पन्न होते व ही अंत:स्फूर्ति पहिल्या भूमिकेपासून तिसऱ्या भूमिकेपर्यंत कार्य करते. पुढे चवथ्या भूमिकेपासून सहाव्या भूमिकेपर्यंत ह्या अंत:स्फूर्तीच्या जागीं ज्ञप्ति (Illumination) चा उदय होतो.

आत्मज्ञ मानवाच्या आत्म्याभोवतालचीं वलयें किंवा वर्तुळें ईश्वरप्राप्त जीवात्म्याचें माध्यम (vehicles) दाखवितात. ह्या रेखाकृतीचे बाबतींत खालील गोष्टी काळजीपूर्वक लक्षांत घ्याव्या:—

(१) सर्वांत वरील तीन वर्तुळें अनुक्रमें स्थूल, सूक्ष्म व कारण शरीरें होत. हीं तीनही शरीरें साधारण मनुष्यालाही असतात.

(२) ईश्वरप्राप्त पुरुषाचे बाबतींत एक नवीन सर्वव्यापक समष्टिशरीर (Universal body) असतें. हेंच महाकारण शरीर असून हें समष्टिमना (Universal mind) चें आश्रयस्थान असतें. ज्याप्रमाणें एखाद्या प्याल्यामध्ये पाणी रहावें त्याप्रमाणे या समष्टिशरीरां (Universal body) त समष्टिमन (Universal mind) राहतें. म्हणून समष्टिशरीर व समष्टिमन जरी दोन निरनिराळ्या वर्तुळांनी दाखविलें असलें तरी ते दोन्ही परस्परांहून अलग राहूं शकत नाहीत. सद्गुरूचें समष्टिमन आपल्या सर्वव्यापक समष्टिशरीराच्या द्वारा सृष्टींतील सर्व जीवात्म्यांच्या कारणदेहांशीं संलग्न असतें; व तें या कारण-

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

देहांच्या द्वारा स्थूल, सूक्ष्म किंवा कारण जगतांत वाटेल तो बद्दल घडवून आणूं शकतें. त्याचप्रमाणे हेंही लक्षांत असूं द्यावें की सद्‌गुरूला इतरांप्रमाणे जरी कारणदेह (मनोदेह) असला तरी त्याचें सर्व कार्य सतत समष्टिमनांतूनच होत असतें.

(३) सद्‌गुरूमध्ये मानवी स्थितींतील मर्यादित अहंभाव नसतो. त्याचें परिवर्तन मर्यादारहित परमात्मभावामध्ये झालेले असते; व म्हणून पृथकत्वाची किंवा संकुचित व्यक्तित्वाची कल्पना जाऊन त्या ठिकाणीं अविभाज्य व सर्वव्यापक अशा अनंत अस्तित्वाची प्रतीति येते.

(४) सद्‌गुरूपदास पोचलेल्या आत्म्याचें ज्ञान अनंत असतें. मानवी स्थितींत संस्कारांचें आवरण असल्यामुळे जाणीवेचा पूर्ण विकास झालेला असूनही मनुष्याला आत्म्याची अनंतता अनुभवास येत नाही; परंतु ईश्वरप्राप्त मनुष्यामध्ये पूर्ण विकसित जाणीवेवर अशा प्रकारच्या संस्कारांचें आवरण राहत नसल्यामुळे, त्याच्या जाणीवेंत आत्म्याचें अनंतत्व व्यक्त होतें.

मेहेराबाद, अहमदनगर
१७, मे, १९४३.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

सात उदात्त तत्त्वें

(१) **खरें अस्तित्व** परमात्म्यालाच आहे. सर्वभूतान्तरात्मा जो एकच एक परमेश्वर त्याच्यावाचून कोणतीही वस्तू सत्य नाही.

(२) **खरें प्रेम** म्हणजे अनंत आत्मतत्वावर असणारें प्रेम. या प्रेमामुळे परमात्मरूपी सद्वस्तू पाहण्याची व तिचें ज्ञान करून घेऊन तिच्याशीं एकरूप होण्याची तीव्र आकांक्षा जागृत होते.

(३) **खरा आत्मयज्ञ** म्हणजे या प्रेमाकरितां देह, मत, अधिकार, स्वार्थ व प्राणही अर्पण करण्यास तयार असणें.

(४) **खरा त्याग** म्हणजे व्यवहारांतील अनेकविध कर्तव्य करीत असतांना सर्व स्वार्थपर विचारांना व वासनांना टाकून देणें.

(५) **खरें ज्ञान** म्हणजे सज्जन लोकांचा व वाईट समजल्या जाणाऱ्या लोकांचा तसेंच सत्पुरुषांचा व पापी समजल्या जाणाऱ्या लोकांचा अन्तर्यामी परमात्माच आहे–हें जाणणें. हें ज्ञान प्राप्त झाल्यावर मनुष्य मोबदल्याची अपेक्षा न ठेवतां सर्वांना परिस्थिती-नुरूप मदत करण्यास तत्पर असतो; त्याच्यावर भांडणांत भाग घेण्याचा प्रसंग अनिच्छेने आलाच, तर तो आपलें कर्तव्य करीत असतांना निर्वैर व द्वेषरहित राहतो; इतरांच्या विषयी बंधुभाव व भगिनिभाव ठेऊन त्यांना सर्वांना तो आनंद देतो; व तो कोणा-चेंही–ज्यांनी त्याचें नुकसान केलें असेल त्यांचें देखील–देहानें, वाणीनें किंवा मनानेंही वाईट करीत नाही.

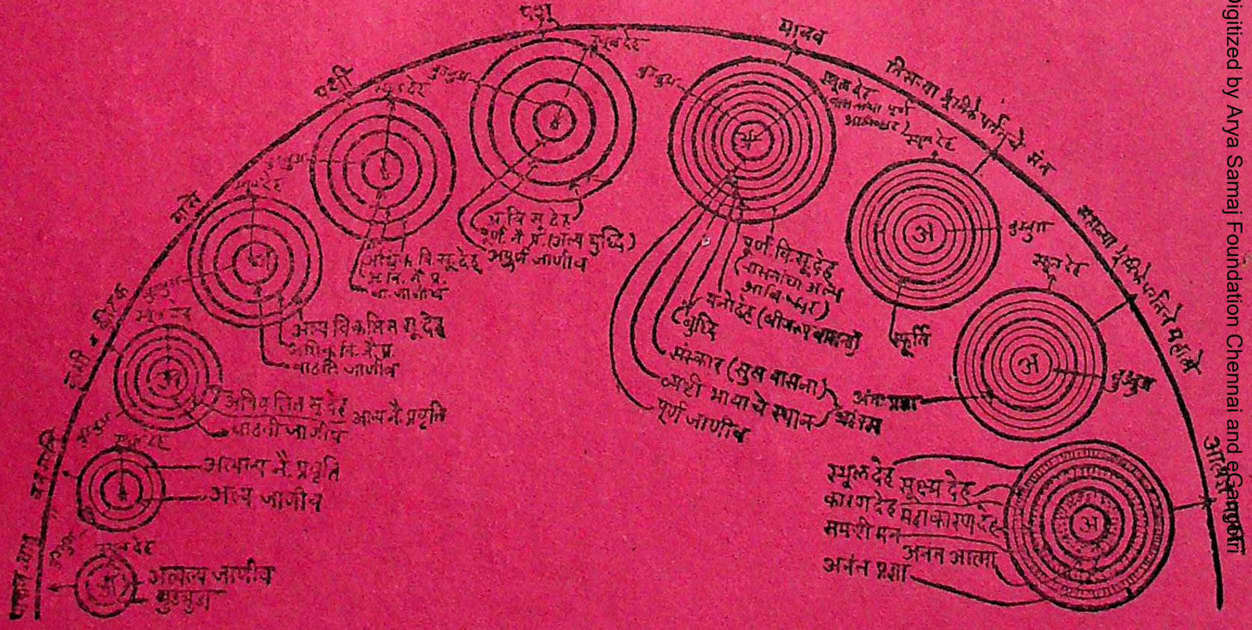
(६) **खरा संयम** म्हणजे नीच वासनांपासून निवृत्त होऊन जितेंद्रिय होणें. असल्या संयमाशिवाय शील पूर्णपणें निर्लेप राहूं शकत नाही.

(७) **खरी शरणागति** म्हणजे प्रतिकूल परिस्थितीमुळे मनाची साम्यावस्था ढळूं न देणें व सर्व प्रकारच्या संकटांत ईश्वरी इच्छेचा शान्तपणें स्वीकार करणें.

पुस्तकालय गुरुकुल कांगड़ी
CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

आकृति नं. २



नारायण मुद्रणालय, धनतोली, नागपूर.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अवतार मेहेरबाबा माला

प्रकाशक व संचालक

प्रकाशन समिति, मेहेरबाबा जागतिक अध्यात्मकेंद्र,
किंग्ज रोड, अहमदनगर.

संपादक

दि. ह. पोफळी, बी. एस्सी. एलएल. बी.
अवतार मेहेरबाबा कार्यालय,
धनतोली, नागपूर.

आपल्या दैवी प्रेमानें व प्रज्ञासंपन्न सामर्थ्यानें श्रीमेहेरबाबा मानवास नवीन दृष्टि व परमशांति देतात. अखिल मानवतेमध्यें अकलंकित बंधुतेची प्रस्थापना करून सत्य व प्रेम यांवर अधिष्ठित असलेले नवयुग निर्माण करणें हेंच त्यांचें अवतारकार्य आहे. त्यांनीं १८ वर्षांपासून मौन धरलें आहे.

श्रीमेहेरबाबांचे अध्यात्मपर लेख व दिव्य संदेश मराठी, हिंदी व उर्दू या भाषांतून वाचक वर्गास मिळावेत हा 'अवतार मेहेरबाबा' मालेचा उद्देश आहे.

वार्षिक वर्गणी रु. २. पो. ख. सह.

पत्ता
अवतार मेहेरबाबा कार्यालय
धनतोली, नागपुर

दि. ह. पोफळी
संपादक

[redacted] किंमतें चार आणे [redacted]

१८ जुलै १९३४ | [illegible] आणे

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अवतार मेहेरबाबा

माला

पुष्प तिसरें

अहंभाव व त्याचा लोप

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अनुक्रमणिका

१.	भाग १ :	अहंभावरूपी अंतःकलहांचें केंद्र	१ ते ११
२.	भाग २ :	निरांळेपणाची जाणीव	१२ ते २१
३.	भाग ३ :	अहंभावाचे प्रकार व त्यांचा निरास	२२ ते ३२

श्रीसद्गुरु मेहेरबाबा

अनुवादक : **दि. ह. पोफळी**, बी. ए., एल्.एल्. बी.

मुद्रक :

पां. ना. वनहट्टी, बी. एस्सी.,
नारायण मुद्रणालय, धनतोली, नागपूर.

संचालक व प्रकाशक :

मेहेरबाबा जागतिक अध्यात्मकेंद्र,
किंग्ज रोड, अहमदनगर.

२५, फेब्रुवारी, १९४५]

[किंमत आठ आणे

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

पुस्तक सं० २०.५१/२२
आगत सं० २११८०...
तिथि० २४-३-७२
गुरुकुल पुस्तकालय कांगड़ी

अहंभाव व त्याचा लोप

भाग १

अहंभावरूपी अंतःकलहांचें केंद्र

अहंभावाची उत्पत्तिः—मानवेतर योनींमध्ये, जाणीव अनुभव मिळवीत असते; परंतु त्या अनुभवांचा 'मी' रूपी केंद्राशीं प्रत्यक्ष संबंध घडून येत नाही. कुत्र्याला राग येतो; परंतु 'मी रागावलों आहें' हें त्याला भान नसतें. कुत्रासुद्धा कांही अनुभवामुळेच शहाणा होत जातो व मागील अनुभवांचा परिणाम त्याच्या पुढील अनुभवांत व्यक्त होतांना आपल्यास दिसून येतो; परंतु हा स्वजातीय संस्कारांत असलेल्या अर्धयांत्रिक (semi-mechanical) शक्तीचा परिणाम होय; मीपणाच्या जाणिवेमुळे होणारें अनुभवांचें बुद्धियुक्त एकीकरण वरील प्रक्रियेहून निराळ्या प्रकारचें असतें. **पृथक् पृथक् संस्कारांच्या क्रियेचें बुद्धिपुरःसर नियमन करावयाचें असल्यास त्या सर्व संस्कारांचा, मर्यादित अहंतेच्या रूपानें स्पष्ट प्रत्ययांत व्यक्त होणाऱ्या जाणिवेच्या केंद्राशीं संबंध घडवावा**

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

लागतो. मानवदेहाच्या प्राप्तीनंतरच जाणिवेंत अहंभाव प्रथमतः आरूढ होऊन दृढ होतो व तो स्पष्ट व निश्चित रूपाने दिसून येतो.

अहंभाव उत्पन्न होण्याची प्रक्रिया:—निरनिराळ्या अनुभवांची व्यवस्थित व सुसंगत मांडणी होऊन त्यांचें योग्य ज्ञान होण्यास त्या सर्व अनुभवांचें एकीकरण करणाऱ्या 'मी'–केंद्राची आवश्यकता असते. अहंभावाचें केंद्र मानवांचें जाणिवेंत नसते, तर ती जाणीव म्हणजे निरनिराळ्या त्रोटक अनुभवांचा केवळ एक समूहच बनली असती. निरनिराळ्या पृथक् अनुभवांना एकत्रित करणें व त्यांचा परस्पर संबंध लक्षांत घेऊन त्यांचें महत्त्व ओळखणें यालाच अनुभवांचें ज्ञान होणें असें म्हणतात. **नानाप्रकारचे लोभ व द्वेष यांचें योग्य मूल्य न कळल्यामुळे त्यांचें जाणिवेवर प्रभुत्व चालू असतें; व त्यांच्या बंधांतून जाणिवेला मुक्त करण्याचें कार्य, विविध अनुभवांच्या द्वंद्वांचें एकीकरण** (integration) **केल्यावाचून साध्य होत नाही. अहंभावाच्या उत्पत्तीपासून अनुभवांचें एकीकरण करण्याच्या प्रयत्नाला सुरुवात होते. कारण अहंभाव हाच सर्व अनुभवांच्या एकीकरणाचा आधार व केंद्र होय.**

अहंभावांची आवश्यकता:—जीवनांतील प्रत्येक मानसिक व्यापारामध्ये अवश्यमेव स्फुरणारा अहंभाव एक विशिष्ट गरज भागविण्यासाठी उत्पन्न होतो. मानवी जीवनांतील अहंभावाच्या कार्याला जहाजांतील निकामी वजनाचा (ballast) दृष्टांत देतां येईल. जहाजाला फार हेलकाव बसूं नयेत म्हणून त्यांत रेती किंवा

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

लोखंड ह्यासारखें कांही निकामी वजन ठेवतात. असें वजन न ठेवलें तर जहाज हलकें व अस्थिर होऊन प्रचंड व अनियंत्रित लाटांमुळे उलटून बुडून जाण्याची भीति असते. जीवनांत मिळविलेल्या सर्व अनुभवांचें स्वरूप ओळखणें व पशुयोनींतून आलेल्या प्रेरणांच्या स्वैर वृत्तींना आळा घालणें हीं दोन्ही कामें पार पाडण्यास कोणत्या तरी एका तात्पुरत्या व कार्यक्षम नियामक केंद्राची गरज असते. अहंभाव उत्पन्न झाला नसता तर मानसिक शक्ति द्वैताच्या अनेक व बहुविध अनुभवांत अप्रतिहतपणें भ्रमण करून ऱ्हास पावली असती. **अहंभावाच्या उत्पत्तीमुळे जाणिवेंतील प्रक्रियांना कांही एका विवक्षित प्रमाणांत स्थिरता येते आणि सुव्यवस्थित जीवनाला आवश्यक असा व्यवहारक्षम समतोलपणा** (balance) **ही साधला जातो.**

आवश्यक अरिष्टः— तेव्हा अहंकाराच्या उदयाची आवश्यकता नाही असें मानणें चुकीचें आहे. मध्येच उदय पावून अहंभाव अखेरीस नष्टच होतो; तरी आत्म्याच्या सुदीर्घ प्रवासांत अहंभावाची तात्पुरती आवश्यकता आहेच हें दृष्टीआड करून चालत नाही. अहंभावाचें बंधन कांही नेहमीकरतां बाळगावयाचें नसतें; आध्यात्मिक साधनांच्या सहाय्यानें अहंभाव नाहीसा करतां येतो. परंतु कांही कालपर्यंत अस्तित्वांत राहणारा अहंभाव म्हणजे आवश्यक अरिष्टच मानलें पाहिजे.

अनुभवांचें अहंभावानष्ठ एकीकरण भ्रमामुळेच होतेंः— आतापर्यंत, जाणिवेची प्रगति होत असतांना अहंभाव कसा आवश्यक आहे हें दिसून आलें, परंतु अहंभाव हा " **मी**

पुस्तकालय
गुरुकुल कांगड़ी
CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

शरीर आहे ' ह्या असत्य कल्पनेच्या आश्रयाने राहतो; ही विपरीत कल्पना अनुभव दूषित करते व भ्रमास कारणीभूत होते. **आपणांतील व दुसऱ्या चेतन वस्तूंतील भेदभावावर व तन्निष्ट विषमतेवर अहंभावाची रचना असते; व इतरत्र स्फुरणाऱ्या चैतन्याहून आपण निराळे आहोंत असें भासणें हा अहंभावाचा मूलभूत स्वभावच असतो.** अहंभाव व्यक्तिगत अनुभवांची पूर्णता व एकीकरण करण्याचा अंतःस्थ प्रयत्न करीत असला तरी आपल्या स्वतःच्या निराळ्या अस्तित्वाचें पृथग्भान राखून तें भेदप्रवण व व्यष्टिप्रधान अस्तित्व कायम ठेवण्याची पराकाष्ठा करतो व त्याकरताच तो स्वतःमधील व बाहेरील जीवन असे कृत्रिम विभाग उत्पन्न करतो. व्यक्तीच्या अंतःस्थ जीवनांत अहंभावाचें वर्चस्व राहून एकमेव अशा अनंत जीवनांत विभाग पडतात; व ह्याचे पडसाद व्यक्तीच्या अंतस्थ जीवनावर उमटल्याशिवाय राहत नाहीत.

अहंभाव हा मानसिक खळबळींचें (conflicts) केंद्र बनतोः--अहंभाव हा अनुभवांची जुळवाजुळव करून त्यांत एकसूत्रीपणा आणण्याचा सतत प्रयत्न करीत असला तरी त्यांत त्याला कधीही पूर्ण यश येत नाही. अहंभावामुळे जाणिवेंत कांही अंशीं समतोलपणा आणतां येतो; परंतु हा समतोल (balance) तात्पुरताच टिकणारा असतो. जोंपर्यंत अनुभवांना 'मी'—केंद्राच्या दृष्टीने तोंड दिलें जातें—(म्हणजे जोंपर्यंत कर्में अहंताप्रेरित असतात)—तोंपर्यंत अनुभवाची अपूर्णता अंतःस्थ जीवनांतील मानसिक अंतःकलहां (mental conflicts) च्या रूपाने स्पष्ट दिसून येते. मनुष्याच्या मनांत अंतःस्थ खेचाखेंच अथवा ओढाताण

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

क्षणोक्षणीं चालूच असते. परस्परविरोधी वासना व वृत्ति ह्या सामान्य लोकांच्या मनाला जेरीस आणतात; इतकेंच नव्हे तर मोठमोठे श्रीमंत व विद्वान् पुरुषही त्यांच्या तडाख्यांतून सुटत नाहीत. केव्हा केव्हा तर मनाला अशा प्रचंड अंतःस्थ खळबळीशीं सामना द्यावा लागतो की त्या मानसिक संतापामुळे मनुष्य अंशतः किंवा पूर्ण घाबरून जातो व कधी कधी वेडासुद्धा होतो. सामान्य मनुष्य व वेडा मनुष्य ह्या दोघांत मूलभूत असा महत्त्वाचा फरक नसतो. **त्या दोघांच्याही पुढे सारखेच प्रश्न उपस्थित होत असतात. एकाला आपल्यापुढील प्रश्नांचा थोडाबहुत योग्य निकाल लावतां येतो; परंतु तेंच कार्य करण्यास दुसरा असमर्थ असतो, हाच त्यांच्यांतील फरक.**

अहंभाव आपल्या मानसिक अंतःकलहांचें निराकरण मूल्यविषयक भ्रामक कल्पनांच्याद्वारें करीत असतो :— गैरसमज व दूषित महत्त्वमापन (false valuation) यांनी प्रेरित होऊनच अहंभाव आपले अंतस्थ मनोनिर्मित विरोध सोडविण्याचा प्रयत्न करीत असतो. **निस्सार वस्तूंना महत्व देणें व खऱ्या वस्तूंविषयीं उदासीन असणें हा अहंभावाचा स्वभावच असतो.** कीर्ति, धन, शक्ति, वैभव व इतर भौतिक ऐश्वर्य यांना खरोखरीच कांही महत्त्व नाही; तरी ह्या नश्वर वस्तूंच्या प्राप्तींत व त्यांना 'माझें माझें' मानून कवटाळीत बसण्यांत 'मी'-केंद्राला मोठा उल्हास वाटतो. उलटपक्षीं, आत्म्याच्या दृष्टीने खऱ्या अध्यात्मा-चेंच अत्यंत महत्त्व असतें, तर 'मी'-केंद्राला अध्यात्माची मुळीच गरज वाटत नाही. उदाहरणार्थ, एखादें पारमार्थिक व महत्त्वाचें

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

कार्य करीत असतांना जर एखाद्याला कांही शारीरिक अथवा मानसिक क्लेश झाले तर ते चुकवून शारीरिक व मानसिक सुख मिळविण्याकरतां अहंभाव खरें महत्व असलेल्या आध्यात्मिक कार्याला सोडून देतो. शारीरिक व मानसिक सुखें त्याचप्रमाणें इतर प्रापंचिक संपत्ति व साधनें यांची नेहमीच आवश्यकता असते; पण ह्यामुळे त्यांना महत्त्व आहे असें मानणें चुकीचें आहे. **आवश्यकता आणि महत्त्व यांमध्ये जमीन अस्मानचें अंतर आहे.** 'मी'-केंद्राला पुष्कळ वस्तूंची आवश्यकता भासते; परंतु त्या वस्तू वास्तविकपणें महत्त्वाच्या नसतात. ह्याउलट, आत्म्याच्या दृष्टीने परमार्थ हीच खरोखरीची अत्यंत महत्त्वाची व सारभूत बाब आहे; परंतु अहंदूषित 'मी'-केंद्राला ती अनावश्यक वाटते. म्हणून **अहंभाव हें एकप्रकारचें मूलभूत अज्ञानच होय;** व या अहंभावामुळेच मनुष्य महत्त्वाच्या व सारभूत वस्तूंकडे दुर्लक्ष करून निस्सार व फोल वस्तूंच्या नादीं लागतो.

खऱ्या मूल्यां (values) **च्या ज्ञानानें मनांतील अंतःस्थ खेचाखेच नष्ट करतां येतेः**—मनावर अज्ञानाचेंच प्राबल्य व नियंत्रण असल्यामुळे मानसिक व्यापार सुसंगत (harmonious) राहत नाहीत. साधारणतः मनावर ताबा करणाऱ्या अंतःस्थ शक्तीवर प्रभुत्व मिळविण्याची कोणी खटपटच करीत नाही. **अंतःस्थ मानसिक शक्तींचें बुद्धिपुरस्सर नियंत्रण केलें तरच अंतःकलह नाहीसा होऊन मनाची खळबळ शांत होते.** मनावर कायमचें प्रभुत्व मिळविण्याचा मार्ग म्हणजे मनाची चलबिचल करणाऱ्या प्रत्येक प्रसंगीं सारासारविवेक म्हणजे खऱ्या मूल्याची म्हणजे श्रेयाची जागृति ठेवून कर्म करणें हाच होय.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

सारासारविवेक करण्याची आवश्यकताः— मनाला अंतःस्थ खेचाखेचीमधून मुक्त करावयाचें असेल तर मनाने नेहमी योग्य निवड केली पाहिजे; आणि असार वस्तूंचा त्याग करून खऱ्या महत्त्वपूर्ण वस्तूंची अचूक निवड केली पाहिजे. **ही निवड बुद्धिपूर्वक व दृढ असली पाहिजे. महत्त्वाच्या व तसेच बिन-महत्वाच्या अशा सर्वप्रकारच्या मानसिक अंतःकलहांमध्ये विवेकयुक्त व दृढ निवड असणें आवश्यक आहे.** निवड विवेकयुक्तच असावी; कारण प्रभावी व निर्मितिक्षम अशा मानसिक जीवनास पोषक व आवश्यक असणारी मनाची समता केवळ खऱ्या व शाश्वत सत्याचा पाठलाग केल्यानेच प्राप्त होते. निवड बुद्धियुक्त (intelligent) नसेल तरीही केवळ दृढ निश्चयाने मनाची खळबळ तात्पुरती शांत करतां येईल; परंतु त्यामुळे जीवन मर्यादित होऊन अखेरीस व्यक्तीच्या पूर्णत्वप्राप्तीमध्ये अडथळे उत्पन्न होतात. एवढेंच नव्हे तर मनाची खेचाखेच जर विवेकपूर्वक शांत केली नाही, तर पुन्हा दुसऱ्या कोणत्या तरी कारणाने मन क्षुब्ध झाल्यावाचून राहणार नाही. विवेकयुक्त निवड करण्यासाठी मनाला भ्रमांतून सोडविणाऱ्या खऱ्या मूल्या (value) च्या म्हणजे अंतिम अर्थपूर्ण श्रेयाच्या ज्ञानाची आवश्यकता असते. मूल्या-विषयींच्या अज्ञानामुळे परस्परविरोधक वासना उत्पन्न होतात. विरोधक वासनांचा प्रश्न म्हणजेच विरोधक मूल्यांचा प्रश्न बनतो; म्हणून **मानसिक ओढाताण नाहीशी करण्याकरता जीवनाचें खरें ध्येय काय आहे ह्याविषयीं शुद्ध विचार करण्याची आवश्यकता आहे. मनांतील अंतःकलह नाहीसा करण्यास**

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

सारासारविवेक हेंच एकमेव साधन आहे.

विवेकयुक्त निश्चयः—एकवेळ विवेकपूर्वक निवड केल्या नंतर निश्चयालाच दृढतेने चिकटून राहिलें पाहिजे. कारण निवड करतांना मनाच्या इतर वृत्ति वगळून केवळ श्रेयाचाच स्वीकार केला गेला, तरी ती निवड कृतींत पूर्णपणें व्यक्त करीत असतांना इतर वृत्ति आपआपल्यापरी विरोध करीतच असतात; व कधी कधी ह्या विरोधक मानसिक प्रवृत्तींच्या दडपणामुळे मनुष्य निश्चयापासून ढळून जातो. असें अपयश टाळण्यासाठीच विवेकाने ग्रहण केलेलें योग्य मूल्य किंवा श्रेय दृढ निश्चयाने कृतींत व अनुभवांत उतरविण्याची मनाला सवय लावली पाहिजे. मनांतील अंतःकलह दूर करण्यास श्रेयाच्या यथार्थ ज्ञानाप्रमाणेच दृढ निश्चयाचीही आवश्यकता आहे.

सर्व व्यवहार श्रेयनिष्ठ म्हणजे खऱ्या मूल्यावर अधिष्ठित असले पाहिजेतः—विवेकयुक्त दृढनिश्चय लहान मोठया सर्व बाबतींत ठेवला पाहिजे. आणीबाणीच्या प्रसंगीं मनापुढे उभ्या राहणाऱ्या बिकट प्रश्नांपेक्षा जीवनांतील सामान्य पण चिंताजनक प्रश्न कमी महत्त्वाचे नसतात. विवेक व दृढनिश्चय यांचा उपयोग फार महत्त्वाच्या प्रसंगींच केला तर मनांतील अंतःकलह मूलतः नाहीसा होत नाही. खऱ्या मूल्याचीच निवड करण्याची मनाला सतत सवय लावल्याशिवाय श्रेयपूर्ण व स्वयंस्फूर्त जीवन लाभत नाही. आपल्या जीवनांतील तीनचतुर्थांश काळ सामान्य व व्यावहारिक बाबतींतच जातो; आणि सामान्य गोष्टींच्या बाबतींत होणाऱ्या मानसिक खेचाखेचीमुळे जरी मनाला अतिशय दुःख

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

झालें नाही, तरी तीमुळे आपलें कांही तरी चुकलें आहे अशी सूक्ष्म रुखरुख मनांत कायमच राहते. खरोखर पाहिलें तर सामान्य व्यवहारांच्या बाबतींत होणारी मनाची खळबळ इतकी सूक्ष्म असूं शकते की ती जाणिवेच्या स्पष्ट प्रत्ययांत आणली जात नाही; तरी ह्या खळबळीमुळे जीवनरसावर एक प्रकारची छाया न कळत पडतेच. म्हणूनच मनांतील अशा सामान्य बाबतींतील खेचाखेचीला जाणिवेंतील स्पष्ट प्रत्ययांत आणून व तिच्याशीं पूर्णतः सामोरे होऊन तिचें निराकरण केलें पाहिजे.

अंतर्मनांतील सुप्त खळबळः—मनांतील सुप्त खळबळ जाणिवेसमोर किंवा स्पष्ट प्रत्ययांत आणण्याची जी पद्धति वर सांगितली तिचा विपर्यास मात्र होऊं देऊं नये. म्हणजे, वास्तविक अंतःकलह (mental conflict) नसतांना देखील तो आहेच अशी कल्पना करीत बसूं नये. खरा सुप्त अंतःकलह खात्रीपूर्वक ओळखण्याची खूण अशी आहे की, हा अंतःकलह जेव्हा असतो तेव्हा मनापुढील प्रश्न किंवा कृति यांवर चित्ताची एकाग्रता होऊं शकत नाही व मनाला रसहानीचा व जीवन संकुचित झाल्याचा अनुभव येतो. अशा प्रसंगीं मनाच्या स्थितीचें अंतर्मुख दृष्टीने सूक्ष्म निरीक्षण करून पृथक्करण करावें म्हणजे सुप्त अंतःस्थ खळबळीचें खरें कारण कळून येतें.

ध्येय ही एक प्रचंड शक्ति आहेः—मानसिक अस्वस्थतेचें कारण अशा रीतीने कळून आलें म्हणजे विवेक व दृढ निश्चय यांच्या सहाय्याने त्याचें निरसन करतां येतें. परंतु मनांतील अंतःकलह समाधानपूर्वक सोडविण्याकरतां स्फूर्तिरूप इच्छाशक्तीची अत्यंत

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

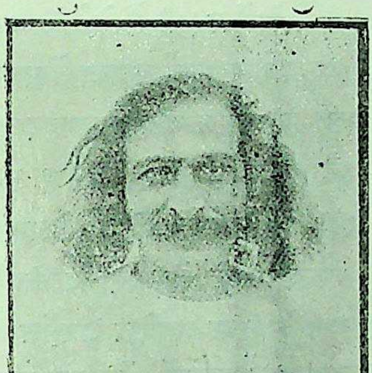
जरूरी असते; व अशी स्फूर्तिप्रेरित इच्छाशक्ति मनाला एखाद्या उच्च व विशाल ध्येयाची तीव्र तळमळ असल्यावाचून उत्पन्न होत नाही. मानसिक अस्वस्थतेचें केवळ पृथक्करण केल्याने निवड करण्यास मदत होईल; परंतु अशा निवडीमध्ये जीवनार्थविषयक एखाद्या विशाल व उच्च ध्येयाबद्दल स्फूर्ति नसेल, तर ही निवड निष्फल, निरुपयोगी व बौद्धिक कसरतीच्या स्वरूपाचीच राहील. आधुनिक मानसशास्त्राने मनांतील अंतःकलहांच्या कारणांवर बराच प्रकाश टाकला आहे; परंतु जीवन श्रेयपूर्ण व अर्थपरिप्लुत होण्यास आवश्यक असलेली अंतःस्फूर्ति जागृत करण्याच्या साधनांचा पूर्ण विचार अजून व्हावयाचाच आहे. मानवतेचा उद्धार करणारांपुढे हेंच खरें निर्मायक कार्य आहे.

यथार्थ मूल्याच्या ज्ञानाने अहंभावाचा निरासः—खरें ध्येय निश्चित करणें म्हणजेच यथार्थ महत्त्वमापना (right valuation) ची सुरुवात होय. जीवनांतील खऱ्या स्वारस्याचा शोध सुरू झाला म्हणजे भ्रामक मूल्यांमधून व्यक्त होणाऱ्या अहंभावाच्या कार्याचा उच्छेद सुरू होतो. अहंभाव हा अनेक **युगांच्या अज्ञानाचा परिणाम होय व जीवनाचें खरें महत्त्व व्यक्त करणारी कोणतीही क्रिया अहंभावाचा क्षय करण्यास मदत करते.** जीवन अहंभावरूपी कारागृहांत चिरकाल डांबून ठेवतां येत नाही. केव्हा तरी तें सत्याकडे धाव घेणारच. **जोपर्यंत जीवनक्रम अहंभावाच्याभोवता चालू असतो तोपर्यंत जीवनांत सार्थकता व पूर्णता अनुभवास येत नाही**, हें अत्यंत महत्वाचें ज्ञान विकसित मनुष्यासच होत असतें. म्हणजे, अखेरीस स्वतःच्या

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अनुभवानेंच शहाणा होऊन मनुष्य सत्यालाच आपल्या अनुभवाचें केंद्र बनवून त्याच्याच आधारें स्वतःच्या जीवनाची रचना करतो. असें झालें म्हणजे अज्ञानजन्य अहंभाव क्षीण होऊन सत्यानुभव येत जातो. अहंभाव पूर्णपणें नष्ट झाल्याशिवाय सत्यप्रतीति होत नाही. जीवनाचें खरें रहस्य समजून तें अर्थपूर्ण होण्याकरितां दृढ झालेलें संस्कारसमूहाचें भ्रामक 'मी'–केंद्र नष्ट झालें पाहिजे.



CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अहंभाव व त्याचा लोप

भाग २

निराळेपणाची जाणीव

अहंभाव निराळेपणा प्रस्थापित करीत असतो :— निराळेपणाचा व्यवहार अहंकारामुळे होत असतो. मीपणा अनेक स्वरूपांत व्यक्त होतो. मीपणा व्यक्त होण्याचे नेहमींचे कांही प्रकार म्हणजे 'मी हें केलें व मी तें केलें,' 'मला असें वाटलें व मला तसें वाटलें', 'मला हें समजलें व मला तें समजलें,' हें होत. मी–पणाच्या कांही प्रकारांत आपण भावी कालाबद्दल योजना (कल्पना) करीत असतों. उदाहरणार्थ 'मी हें करीन व मी तें करीन; मला असें भासलें व मला तसें भासलें; मी हा विचार करीन व मी तो विचार करीन.' त्याचप्रमाणे, वर्तमान कालांत देखील, **'आपण कोणी तरी एवंगुणविशिष्ट व्यक्ति आहोंत व इतर जाणिवेच्या केंद्रांहून आपण स्पष्टपणें निराळे आहोंत अशा दृढ भावनेच्या द्वारा अहंप्रतिष्ठापना होत असते.** जाणिवेचा विकास व वाढ होण्यास अहंभावाचा तात्पुरता उपयोग होतो, हें खरें आहे; परंतु, त्याबरोबरच **मीपणामुळे निराळेपणाचा निश्चय दृढ होत गेल्यामुळे निजबोध व आध्यात्मिक मुक्तता प्राप्त करून घेण्याच्या मार्गांत अहंभाव एक प्रमुख विघ्न होऊन बसतो.**

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

भिन्नतेची भावना अहंभावाला पोषक असतेः—राग, द्वेष, तृष्णा, भीति, अथवा मत्सर ह्यांच्या द्वारा अहंभावांतील निराळेपणा कृतींत व्यक्त होतो. जेव्हा कोणीही मनुष्य दुसऱ्याच्या संगतीची इच्छा करतो तेव्हा त्याला दुसऱ्याहून आपण निराळे आहोंत ही प्रबळ जाणीव असते. ज्या मानाने वासना प्रबळ व दाहक असेल त्या मानाने त्याला आपल्या अलग अस्तित्वाची जाणीव अधिक तीव्र असते. रागाच्या व द्वेषाच्या वेळींही मनुष्य त्या दुसऱ्याला स्वतःहून निराळा मानतो व त्याला स्वतःच्या अहंप्रतिष्ठापनेमधील अडथळा समजून तो त्याला आत्मीयतेच्या क्षेत्रांतून बाहेर ढकलीत असतो. भीति देखील पृथग्भावाची स्थापना करण्याचाच एक सूक्ष्म प्रकार आहे. जेथे द्वैताची जाणीव तीव्रतम असते तेथेच भीति वास करते. 'मी' व 'तूं' ह्यांच्यामध्ये भयरूपी जाड पडदा उत्पन्न होतो. भीतीमुळे दुसऱ्याविषयीं पराकाष्ठेचा अविश्वास वाटत जातो; व अखेरीस मनुष्य स्वतःची जाणीव अतिशय संकुचित करून घेऊन दुसऱ्याची स्वतःच्या जीवनक्षेत्राच्या बाहेर पूर्ण हकालपट्टी करतो. म्हणूनच इतर लोकांचें किंवा ईश्वराचें भय न बाळगतां त्यांच्यावर प्रेम करावें. ईश्वराची किंवा ईश्वरी अवताराची भीति बाळगल्याने द्वैताची वाढ होते; व त्यांच्यावर प्रेम केल्याने द्वैत कच्चें होतें.

मत्सरामुळे अहंभाव पुष्ट होतोः—निराळेपणाच्या भावनेचें अतिशय मर्मभेदक स्वरूप म्हणजे मत्सर. मानवी आत्म्याने आपलें इतर आत्म्यांशीं असलेलें ऐक्य ओळखून त्यांच्यावर प्रेम करण्याची पराकाष्ठेची आवश्यकता आहे; परंतु तृष्णा अथवा द्वेष, क्रोध किंवा भीति ह्यांच्यामुळे तो दुसऱ्यावर प्रेम करत नाही. त्याचप्रमाणे

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

स्वतःचें दुसऱ्याशीं असलेलें ऐक्य अनुभवण्याच्या मार्गांत मत्सर हें एक अत्यंत बिकट विघ्न असतें. कारण ज्या व्यक्तीबद्दल स्वतःला एकता अनुभवावयाची असते तिच्याशीं दुसऱ्या कोणी व्यक्तीने ऐक्य साधलें आहे, ही भावनाच मत्सररूपाने स्वतःच्या ऐक्याच्या मार्गांत विघ्न आणते; अशा रीतने आपल्या प्रियतमाशीं आपलें एकटयाचेंच ऐक्य व्हावें ह्या इच्छेने मनुष्य त्या दुसऱ्याचा सतत मत्सर करतो. **तृष्णा, द्वेष, भीति, क्रोध, मत्सर इ० स्वार्थपर भावना जीवनाला मर्यादित करून जाणीव संकुचित व परिमित करण्यास कारण होतात.** त्यांच्यामुळे भेदभाव वाढत जाऊन अहंस्फूर्तीची वृद्धि होते.

प्रेमामुळे अहंतेचा क्षयः—पृथक् किंवा निराळ्या अस्तित्वाच्या कल्पनेमुळे येणारे सर्व विचार, भावना अथवा कृती बंधनकारक होतात. लहानमोठे सर्व अनुभव तसेंच बऱ्या वाईट सर्व आकांक्षा ह्यांच्यामुळे संस्कारांचें दडपण उत्पन्न होऊन मीपणा वाढत जातो. **अहंकाराचा क्षय करण्याचें प्रेम हेंच एकमेव साधन आहे. त्याचप्रमाणे निराळेपणाची भेदबुद्धि शांत करण्याचा एकमेव उपाय म्हणजे प्रियतमाशीं ऐक्य पावण्याची उत्कंठा हाच होय.** राग, द्वेष, तृष्णा, भीति व मत्सर ह्या भेदभावनांमुळे आपल्यांत व इतर लोकांत महदंतर निर्माण होतें; व **हें कृत्रिम व स्वकल्पित अंतर नाहीसें करून सर्व भेदभ्रमाचा निरास करण्यास प्रेमाशिवाय दुसरा रामबाण उपायच नाही.** प्रेम करणाऱ्यालाही आकांक्षा असतेच; परंतु त्याची आकांक्षा प्रियतमाशी ऐक्य पावण्याकरतां असते. प्रियतमाशीं ऐक्य साधण्याच्या

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

प्रयत्नांत अहंता क्षीण होते दिव्यावर झडप घालणाऱ्या पतंगाला स्वतः जळून नष्ट होण्याची भीति नसते; त्याचप्रमाणे प्रेमामध्ये अहंता आत्मरक्षणाची मुळीच पर्वा करीत नाही. अहंतेमुळे भेदभावना वाढत जाते; उलटपक्षीं, प्रेमामुळे आपले दुसऱ्याशीं असलेलें ऐक्य अनुभवास येतें. म्हणून अहंकार प्रेमानेच नाहीसा होऊ शकतो.

अहंभाव वासनांचा बनलेला असतोः— नाना प्रकारच्या वासनाच अहंभाव उत्पन्न करीत असतात. इच्छा तृप्त होण्यांत अपयश आलें म्हणजे अहंतेची निराशा होते आणि इच्छित वस्तु प्राप्त झाली म्हणजे अहंतेचा विजय होतो. म्हणून **वासनांच्या तृप्तीमुळे व अतृप्तीमुळे अशा दोन्ही कारणांनी अहंभाव वाढत जातो.** वासनांचा कल्लोळ कांही काळ शांत असला तरी 'मी आता वासनारहित आहें' अशी अंतःस्थ भेदबुद्धि उत्पन्न होऊन ती अहंकाराला पोषक होते. परंतु **जेव्हा सर्व इच्छा खरोखर पूर्णपणे नाश पावतात तेव्हाच निराळेपणा प्रस्थापित करणारी भावना समूळ नाहीशी होते; म्हणून खरोखरीच सर्व वासना नष्ट केल्या म्हणजे अहंभावाच्या अस्तित्वाचा लय होतो.** अहंभावाची मोळी नानाप्रकारच्या वासनारूपी लाकडांची बनली आहे व हीं लाकडें तोडणें म्हणजेच अहंभावाचा नाश करणे होय.

अहंतेचीं मुळें अंतर्मनां (subconscious) **त असतातः—** जाणिवेंतून अहंता नाहीशी करण्याचा प्रश्न फार गुंतागुंतीचा असतो, कारण अहंतेचीं पाळेमुळे अर्धजागृत मनांत (subconscious) अंतःप्रवृत्तींच्या स्वरूपाने असतात; व ह्या अंतःप्रवृत्ती बहुधा स्पष्ट जाणिवेंत येत नाहीत. जाणिवेसमोर स्पष्ट प्रत्ययांत

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

येणारा मर्यादित अहंभाव हा संपूर्ण अहंभावाचा लहानसा अंश असतो. अहंभावाला समुद्रांत तरंगणाऱ्या बर्फाच्या डोंगराची उपमा देतां येईल. हिमपर्वताचा अंदाजें फक्त आठवा भाग पाण्याच्या पृष्ठभागाच्या वर असतो; म्हणून पाहणाराला तेवढाच भाग दिसतो. परंतु, त्याचा बाकीचा सातअष्टमांश भाग पाण्याच्या पृष्ठभागाखालीच असतो; म्हणून तो कोणाला दिसून येत नाही. त्याचप्रमाणे पूर्ण अहंभावाचा केवळ लहानसा अंश स्पष्ट मीपणाच्या स्वरूपांत जाणिवेमध्ये व्यक्त होतो आणि त्याचा पुष्कळसा भाग अंतर्मनाच्या अंधकारमय व अस्पष्ट अशा गुप्त स्थानीं असतो.

अहंभावाचे घटक भिन्नभिन्न प्रकारचे असतात :— जाणिवेमध्ये स्पष्टपणें व्यक्त होणारा अहंभावाचा भागसुद्धा एकजिनसी किंवा सुसंगत (harmonious) नसतो; त्यांत मनाच्या परस्परविरोधी वृत्तींची अनेक प्रकारची धडपड चालू असते. त्यांपैकी सर्व परस्परविरोधी वृत्तींचा व्यापार जाणिवेच्या कक्षेंत एकाच वेळीं येत नाही; कारण मन त्या वृत्तींना कांही मर्यादित प्रमाणांतच जाणिवेंत आणूं शकतें. कोणत्याही दोन मनुष्यांचा वितंडवाद होण्यास त्यांचा एकमेकाशीं बोलण्यापुरता तरी संबंध असला पाहिजे; ते एकमेकांशीं बोलतच जर नसले तर त्यांचें दोघांना सामान्य असणाऱ्या अशा कोणत्याही प्रश्नावर भांडण होणें शक्य नसते. त्याचप्रमाणे मनांतील कोणत्याही दोन प्रवृत्तींमध्ये जाणीवपूर्वक विरोध सुरू होण्यास त्यांच्यांत कोणता तरी परस्परांस सामान्य असा हितसंबंध असला पाहिजे. त्यांच्यांत केवळ वैषम्यच असलें व सामान्य हितसंबंध मुळीच नसला, तर

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

जाणिवेमध्ये विरोधक प्रवृत्ती ह्या स्वरूपाने देखील त्या दाखल होऊं शकत नाहीत. म्हणून त्या प्रवृत्तींना अर्धजागृत (subconscious) उपमनांतच गुप्तपणें राहणें भाग पडतें. परंतु स्पष्ट जाणीवयुक्त (conscious) मनाच्या नाना प्रकारच्या व्यापारांमुळे त्या दोन्ही सुप्त प्रवृत्तींवर अप्रत्यक्षपणे ताण पडून त्यांच्यामध्ये रूपांतर घडून येऊं शकतें.

स्पष्ट अहंभाव व अस्पष्ट अहंभावः—जरी पूर्ण अहंभावाचे घटक स्वाभाविकपणेच अनेकविध असतात, तरी **अंतर्मनांतील अस्पष्ट अहंभावापेक्षा मनाच्या जाणिवेंत उतरणारा स्पष्ट अहंभाव कमी प्रमाणांत विसंगत असतो. म्हणून मनांतील सुप्त प्रवृत्तींच्या जाणिवेमध्ये येण्याच्या मार्गांत स्पष्ट अहंभाव हा एक मोठा अडथळा बनतो.** जाणिवेमध्ये स्पष्टपणें भासणारा अहंभाव अंतर्मनांतील अहंभावाच्या घटकांना आंत दाबून टाकीत असल्यामुळे त्यांना जाणिवेंत वाव मिळणें दुरापास्त होते. अहंतेसंबंधी कोणतेही प्रश्न केवळ **बुद्धियुक्त सावधानतेच्या कृतींच्या द्वाराच** यशस्वी रीतींने सुटू शकतात. म्हणून **ज्ञानयुक्त जाणिवेच्या प्रखर अग्नींत** अहंतेच्या सर्व घटकांन जाळून टाकल्यानेच अहंतेचा पूर्णपणें नाश होणें शक्य असतें.

मानसिक लढा करून मनोविजय मिळविल्यावरच अंतर्गत अविचल सुसंवादिता उत्पन्न होतेः—स्पष्ट अहंतेच्या निरनिराळ्या घटकांवर ज्ञानयुक्त जाणिवेचा महत्त्वाचा परिणाम होतो. परंतु तेवढ्यानेच सर्व अहंता नाहीशी होत नाही. सुप्त अहंतेचे घटक देखील युक्तिप्रयुक्तीने जाणिवेच्या पृष्ठभागावर

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

आणावे लागतात; म्हणजे त्यांना स्पष्ट अहंतेचें स्वरूप देऊन ज्ञानयुक्त जाणिवेच्या भट्टींत तापूं द्यावें लागतें. हें साधण्याची युक्ति पुढीलप्रमाणे आहे. प्रथम स्पष्ट अहंतेला इतकी दुर्बल केली पाहिजे की, पूर्वी कधीही जाणिवेमध्ये न येऊं शकलेल्या वासनांना व वृत्तींना जाणिवेमध्ये येण्यास वाव मिळेल. अशा रीतीने मनाच्या सुप्त वृत्ती जाणिवेच्या क्षेत्रांत आल्या म्हणजे अर्थातच स्पष्ट अहंतेमध्ये आणखी अधिक खळबळ व घोटाळा उत्पन्न होतो. याप्रमाणे, अहंतेचा नाश करीत असतांना, मनांतील अंतस्थ कलह बहुधा कमी न होतां वाढूनच राहिला आहे असा अनुभव येतो. परंतु हा प्रखर व जोरदार लढा संपल्यानंतर, म्हणजे अहंतारूपी हिमपर्वत वितळून गेल्यानंतर मनाच्या खऱ्या सुसंवादितेचा व साम्यस्थितीचा अनुभव येतो.

अहंभावांतील जीवन अनुभावाच्या द्वंद्वावर पोसलें जातें:— अहंता नष्ट करण्याच्या क्रियेंतील मोठा महत्त्वाचा पहिला भाग म्हणजे मनाच्या गूढ व अर्धजागृत क्षेत्रांत दडून बसलेल्या अहंतेचीं पाळेंमुळें उकरून त्यांना जाणिवेच्या दृष्टीसमोर आणणें हा होय. जाणिवेसमोर आणल्यावर त्या वासनांना ज्ञानपूर्वक शांत करणें हा दुसरा भाग होय. स्पष्ट अहंतेच्या घटकांचा निरास करण्याची क्रिया कांही साधी व सोपी नाही. स्पष्ट अहंता नेहमी अनुभवाच्या कोणत्यातरी द्वंद्वावर जिवंत रहात असते. ज्ञानपूर्वक जाणिवेने अहंतेला द्वंद्वाच्या एका टोकावरून हाकून लावलें तरी द्वंद्वाच्या दुसऱ्या विरुद्ध टोकावर जाऊन ती तेथे स्थिर होते. अशा रीतीने, आलटून पालटून, अनुभवांतील परस्परविरुद्ध

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

द्वंद्वामध्ये आश्रय घेऊन ज्ञानयुक्त जाणिवेला टाळीत अहंता आपली स्थापना कायम ठेवण्याचा प्रयत्न करते.

अहंभावाचे प्रकार अनंत आहेतः—अहंभावाचे नाना प्रकार असून तो अनंत रीतींनी व्यक्त होतो. अहंभाव मुख्यतः गर्व किंवा अहंकार या रूपाने व्यक्त होतो. ज्याला कांहीच महत्त्व नाही अशा मूर्खपणाच्या गोष्टींबद्दलही मनुष्याला गर्व असूं शकतो. उदाहरणार्थ, असेही कांही लोक आहेत की दुसऱ्याहून आपला निराळेपणा व विशिष्टपणा मिरविण्याच्या हेतूने स्वतः त्रास सोसून देखील आपल्या नखांचें रक्षण करून तीं खूप लांब वाढवितात. अहंतेला जिवंत रहावयाचें असेल तर तिला आपले गुणविशेष, विलक्षण प्रकारांनी, मोठे करून दाखविले पाहिजेत. समाजांत स्वतःचा उदोउदो करून अहंप्रतिष्ठापन (selfassertion) करणारा अहंतेचा सामान्य प्रकार तर नेहमीच पहावयास मिळतो; परंतु लोकलज्जेस्तव अहंतेचें असें उघड प्रदर्शन करणें अयोग्य वाटलें तर दुसऱ्याची निंदा किंवा दोषवर्णन करूनच स्वकीय अहंभाव व्यक्त करण्याची प्रवृत्ति होते. जेव्हा अहंभाव उघडपणें व्यक्त करतां येणें शक्य असतें तेव्हा उघडपणे व कांही कारणांमुळें असे अप्रशस्त वाटेल तर इतरांशीं तुलना करून, आपलें विशेषत्व व्यक्त करण्याचा अहंतेचा प्रयत्न चालूच असतो.

अहंभावाचे लपंडावः—अहंतेचे व्यापार आत्मसातत्याच्या (selfperpetuation) तत्वानुसार असून कशाचाही आधार घेऊन जिवंत राहून वाढत जाण्याची तिची प्रवृत्ति असते. **अहंतेला एका दिशेनें आळा घालण्याचा प्रयत्न केला तर ती दुसऱ्या दिशेनें**

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

वाढते. आध्यात्मिक कल्पनांच्या व कृतींच्या दडपणानें अहंभावाला नाहींसें करण्याचा प्रयत्न झाला तर ती ह्या प्रयत्नालाच चिकटून जिवंत राहते. अहंभावाचें राक्षसी दडपण झुगारण्यासाठी जर कोणी लीनता कमावण्याचा प्रयत्न केला व त्यांत कांही यश आलें तर बेमालूमपणें लीनतेवर उडी मारून, 'मी लीन आहे' ह्या कल्पनेच्या द्वारा जिवंत राहण्याची अहंभावाची हातोटी असते. आध्यात्मिक मार्गांत प्रवेश करण्यापूर्वीं 'मला अध्यात्माची गोडी वाटत नाही' ह्या विचारांत दडून बसणारी अहंता पुढें 'माझी आध्यात्मिक प्रवृत्ति आहे' असा विचार सतत जागृत ठेऊन त्या विचाराच्या द्वारा जिवंत राहते. अशा रीतीनें ज्या गोष्टी चांगल्या व आध्यात्मिक दृष्टीने श्रेष्ठ समजल्या जातात त्यांच्या द्वारे 'आध्यात्मिक अहंता' उत्पन्न होऊन अहंभाव निराळेपणाचा अनुभव घेतो. परंतु, खऱ्या अध्यात्मदृष्टीनें पाहिलें तर साधी अहंता जितकी बंधनकारक असते तितकीच बंधनकारक आध्यात्मिक अहंताही असते.

गनिमी काव्याचा लढा:—वास्तविक पहातां अध्यात्ममार्गांतील अधिक प्रगत टप्प्यांमध्ये असें दिसून येतें की अहंता आपलें अस्तित्व उघडपणें कायम ठेवण्याचा प्रयत्न करीत नाही. तर अहंता कमी करण्याकरतां अमलांत आणलेले उपायच त्या अहंतेचें लपून राहण्याचें स्थान बनतें. अहंतेच्या ह्या लपंडावाला गनिमी काव्याच्या लढ्याची उपमा शोभते व त्यांना तोंड देणें अतिशय कठीण जातें. जाणिवेंतून अहंतेची हकालपट्टी करण्याची क्रिया फार गुंतागुंतीची असते, अखेरपर्यंत एकाच ठराविक पद्धतीने चालून

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

29750
28.3.2012
20 म/22
Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

काम भागत नाही. अहंतेचा स्वभावच अतिशय गुंतागुंतीचा असल्यामुळें तिचा नाश करण्यास तितक्याच युक्तिप्रयुक्तीने तिच्याशीं सामना देणें आवश्यक असतें. आपलें अस्तित्व अनंत प्रकराने कायम ठेवून अहंता जाणिवेला भ्रमांत पाडते; व तिच्या नव्या नव्या स्वरूपांशीं सामना देणें साधकाला अशक्य होतें. अहंतेच्या लपंडावाला यशस्वी रीतीने हाणून पाडण्याचें कार्य केवळ सद्गुरूच्या मदतीने व कृपेनेंच सफल होतें.

सद्गुरु हाच अखेरचा उपायः— बहुतकरून साधक जेव्हा स्वप्रयत्नांनी अहंनिरास करण्याच्या बाबतींत निराश बनतो तेव्हाच तो सद्गुरूला शरण जातो. साधकाचें ध्येयाबद्दलचें ज्ञान अंधुक असल्यामुळे त्याला स्वतःच्या भरवशावर प्रगति करता येत नाही. अहंतेच्या चिकाटीशी सामना देतां देतां तो कानावून जातो; व आपली दुर्बलता पूर्णपणें लक्षांत आली म्हणजे अखेरचा व एकमेव उपाय म्हणून तो सद्गुरूला पूर्णपणें शरण जातो. ही शरणागति म्हणजे स्वतःच्या प्रयत्नांनी अहंतेचा नाश करण्याची आशा पूर्णपणें सोडून तो सर्व भार सद्गुरूवरच टाकण्याची कबुली होय. ही कबुली म्हणजे ‘ ह्या दुष्ट अहंतेचा नाश करणें माझ्या शक्तीबाहेर आहे; व म्हणून त्यासाठी आपण कृपा करून मदत करा व हिचा नाश करा, ’ असें म्हणण्यासारखें आहे. अहंतेचा क्षय करून तिचा साफ नायनाट करण्याचा हा शरणागतीरूपी प्रयत्न मात्र इतर सर्व प्रयत्नापक्षां अधिक सफल होतो. सद्गुरुकृपेने अहंभावाच्या अज्ञानरूपी मूळ कारणाचा नाश होणे म्हणजेच जीवनाच्या सत्यरूपी ध्येयाचा प्रभातकाल होय.

पुस्तकालय
गुरुकुल कांगड़ी
CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अहंभाव व त्याचा लोप

भाग ३ रा

अहंभावाचे प्रकार व त्यांचा निरास

माझेपणाच्या कल्पनेच्या द्वारा अहंभाव जिवंत राहतोः- धन, कीर्ति, शक्ति, सामर्थ्य वैभव इ. प्रापंचिक वस्तूंवर अहंभावाचें जीवन चालू असतें. माझेपणाचा अनुभव घेण्यासाठी अहंभावाला प्रथम 'तुझेपणा' निर्माण करून त्याला मान्यता द्यावी लागते. परंतु 'माझें, माझें' मानून ऐहिक वस्तूंचा कितीही संग्रह केला, तरी अहंभावामध्यें न्यूनत्व व अपूर्णता यांचा अनुभव राहतोच; व ही उणीव भरून काढण्याकरतां अहंभाव आणखी ऐहिक वस्तूंचा अधिकाधिक संग्रह करतो. आपल्यापेक्षा कमी प्रतीच्या लोकांशीं स्वतःची तुलना करून व इतरांच्या हितसंबंधाची किंवा भावनांची पर्वा न करतां, माझें म्हणून मानलेल्या सर्व वैभवाचें प्रदर्शन अहंता करीत असते. ऐहिक संपत्ति कितीही असली तरी तिजमुळे अहंभावांत असमाधानच राहतें. आपल्या नश्वर संपत्तीपासून अलिप्त न राहतां, उलट तिचें अहोरात्र चिंतन करून तृप्ति मिळविण्याचा अहंभावाचा सतत प्रयत्न चाललेला असतो; आणि दुसऱ्यांच्या वैभवाशीं तुलना करून तो आपल्या संपत्तीची तीव्र

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

जाणीव वाढवीत जातो. **अहंभाव आपल्या निराळेपणाचें प्रतिष्ठान 'माझें' या कल्पनेच्या द्वारें कायम ठेवीत असतो.**

अहंभावाचे प्रकारः—आपला निराळेपणा व विशेषत्व कायम राखण्याची अहंभावाची प्रकृतीच असते आणि हा मीपणा व्यक्त करण्यासाठी तो स्वतःला दुसऱ्यापेक्षा निःसंशय चांगला अथवा निदान वाईट तरी समजून घेत असतो. **अहंभाव असे-पर्यंत द्वैत असतेंच;** व द्वैताचें अधिष्ठान जोपर्यंत कायम असतें तोपर्यंत भेदभाव कायम राहतो व दुसऱ्याशीं साम्यवैषम्यदर्शक तुलना करण्याची क्रिया कायमची शांत होणें शक्य नसतें. क्वचित् प्रसंगीं जरी एखाद्याला दुसऱ्या विषयीं समता वाटली तरी हा अनुभव कायमचा टिकाऊ नसतो; व तेव्हां 'मी' व 'तूं' ह्या द्वैतांतून कायमची सुटका होत नसून ही समता अहंभावाच्या दोन परस्परविरोधी प्रकारांमधील परिवर्तनबिंदूच असते.

समतेची भावनाः—समतेचा कृत्रिम किंवा भ्रामक अनुभव म्हणजे 'मी दुसऱ्यापेक्षा कोणत्याही प्रकारें वरिष्ठ किंवा कनिष्ठ नाही' अशा प्रकारचे अहंभावाचे नकारात्मक प्रतिष्ठापन असतें. 'मी' व 'तूं' ह्यामधील समतोल (balance) स्वतःच्या मोठेपणाच्या कल्पनेमुळें (Superiority Complex) किंवा स्वतःच्या हीनपणाच्या कल्पनेमुळे (Inferiority Complex) जात असतो. व नाहीसा झालेला हा समतोल पुन्हा प्रस्थापित करण्याकरतां समतेची कल्पना उत्पन्न होते. **समतेच्या द्वारा होणारें हें नकारात्मक अहंप्रतिष्ठापन आध्यात्मिक स्वातंत्र्या-च्या जीवनांत आढळून येणाऱ्या सर्वात्मैक्याच्या भावनेहून**

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अगदी निराळें आहेः आणि समतेची भावना हीच जरी पुष्कळशा सामाजिक व राजकीय ध्येयांचा आधार असली **तरी समतेची कोरडी कल्पना जाऊन तिथे अखिल जीवनाच्या एकतेचा अनुभव आल्यावाचून आदर्शभूत व श्रेष्ठ अशा सहकारी जीवनाचें वातावरण निर्माण होत नाही.**

दोन प्रकारचे भावगंड (Complexes):—वरिष्ठगंड अथवा गरिष्ठभाव (Superiority Complex) व न्यूनगंड अथवा हीनभाव (Inferiority Complex) जणूं काय एक-मेकांच्या प्रतिक्रिया (reactions) होतः आणि कृत्रिम रीतीने घडवून आणलेल्या समतेच्या भावाला ह्या दोन्ही भावगंडांची प्रतिक्रिया म्हणतां येईल. परंतु ह्या तिन्ही प्रकारच्या संस्थितीमध्ये अहंभाव आपला निराळेपणा कायम ठेवू शकतो. **श्रेष्ठपणाचा भावगंड व कनिष्ठपणाचा भावगंड हे बहुतकरून एक-मेकापासून अलग व परस्परसंबंधरहित राहून योग्य पदार्थांच्या द्वारें ते स्वतंत्रपणें व आलटून पालटून व्यक्त होतात.** एखादा माणूस आपल्याहून कमी प्रतीच्या लोकांवर अधिकार गाजवितो व तोच आपल्यापेक्षा वरिष्ठ लोकांचा नम्रपणें अंकित होऊन राहतो तेव्हा हे दोनही प्रकार प्रत्यक्ष दिसून येतात. परंतु व्यवहारांतील अशा आळीपाळीने व्यक्त होणाऱ्या गंडप्रेरित परस्परविरुद्ध आचरणामुळे भेदभाव नष्ट होण्याऐवजी ज्यास्तच बळावतो.

वरिष्ठगंड (Superiority Complex):—ज्याच्यापाशीं आपल्यापेक्षा प्रापंचिक धनदौलत बरीच कमी आहे अशा गृहस्थाशीं गाठ पडली म्हणजे मनांतील वरिष्ठगंड (Superiority

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

Complex) किंवा गरिष्ठभाव जागृत होतो. **बाह्य संपत्ति कितीही असली तरी अहंभावाला अंतस्थ उणीवेशी सतत सामना द्यावा लागतो; व इतरांपेक्षा आपलें ऐहिक वैभव मोठें आहे, असें स्वतः मानून व इतरांस दाखवून, तो अहंभाव आपण स्वतः उत्कृष्ट आहोंत या भ्रमाला चिकटून राहतो.** असा हा भिन्नपणाचा भाव मानसिक तुलनेपुरताच नसतो; तर तो व्यवहारांतील आचरणांत सुद्धां दुसऱ्याशी प्रत्यक्ष विरोधाच्या स्वरूपाने दिसून येतो. याप्रमाणे, अहंनिष्ठ जीवनामधील उणीव भरून काढण्याकरतां आक्रामक प्रवृत्ति स्वाभाविकपणेंच उत्पन्न होते.

न्यूनगंड (Inferiority Complex):—स्वतःपेक्षा अधिक मालमत्ता किंवा वैभव असलेला इसम भेटला असतां मनामध्ये न्यूनगंड किंवा हीनभाव (Inferiority Complex) जागृत होतो न्यूनगंडांत एक प्रकारची नम्रता असते; परंतु अशा नम्रतेचें कारण भीति किंवा स्वार्थ असून ती स्वयंस्फूर्त किंवा पूर्णतः अंतकरणपूर्वक नसते. अशा नम्रतेमध्ये, ती संपत्ति आपल्या जवळ नसून त्या दुसऱ्या इसमाजवळ आहे म्हणून त्याच्या विषयी गुप्त मत्सर असतो. ही दिखाऊ व कृत्रिम नम्रता केवळ कनिष्ठपणाच्या भावामुळे उत्पन्न होत असून तिच्यामुळे अहंभावाची अतिशय अपायकारक वृद्धि होते. संपत्तीच्या द्वारा समाधान मानण्याच्या सवयीचा धिक्कार करण्याऐवजी आपली ऐहिक संपत्ति अपुरी असल्याबद्दल अहंभावाला कमीपणा वाटतो; व आपली संपत्ती कमी आहे ह्या जाणीवेमुळे, वाटेल त्या मार्गाने अधिकाधिक संपत्तीच्या प्राप्तीकरतां मनुष्य झटत राहतो. अशा प्रकारें, आपलें

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अंतस्थ दारिद्र्य कायम ठेवून, **श्रेष्ठपणाच्या भावाप्रमाणें, कनिष्ठपणाचा भाव देखील, स्वार्थ, सामाजिक अस्वास्थ्य आणि अहंभावजनक अज्ञान यांचें पोषण करतो.**

सद्गुरूला शरण जाणें हे न्यूनगंडाहून अगदी निराळें आहेः—जेव्हा एखाद्या सद्गुरूशीं साधकाचा संबंध येतो व तो अहंतारहित पूर्णतेला पोचला आहे अशी त्याची खात्री होते तेव्हा तो त्याला आपण होऊन शरण जातो; कारण अहंभाव हा सतत अस्वास्थ्य, अज्ञान व अंतःकलह यांचें मूळ आहे व त्याचा निरास आपल्या प्रयत्नाने करणें अशक्य आहे हें जाणूनच साधक शरणागतीचा स्वीकार करतो. पण ही शरणागति न्यूनगंडाहून अथवा हीनपणाच्या भावनेहून अगदी निराळी आहे; कारण सद्गुरू आपलें स्वतःचें ध्येय असल्यामुळे आपलें त्यांच्याशीं मूलभूत ऐक्य आहे हें पूर्णपणें ओळखूनच तो शरण जात असतो. अशा शरणागतीमध्ये आत्मश्रद्धेचा अभाव तर नसतोच, परंतु उलट सद्गुरूच्या मदतीने आपल्या पुढील सर्व विघ्नांना तोंड देऊन 'आपलें ध्येय आपण गाठूंच,' ही आत्मश्रद्धा व्यक्त होत असते. **सद्गुरूच्या ईश्वरीयत्वाबद्दल साधक जी गुणग्राहकता दाखवितो, तिच्या द्वारा, शिष्याचाच श्रेष्ठ आत्मा आपली दैवी संपत्ती व थोर अधिकार व्यक्त करीत असतो.**

सद्गुरूची मदतः—अहंतेच्या ह्या दोन्ही मुख्य भावगंडांचा नाश करण्याकरतां सद्गुरू ह्या दोन्ही भावगंडांना आळीपाळीने उत्तेजित करतो. उदाहरणार्थ, धीर खचून आत्मशोधाचा नादच जर शिष्य सोडून देत असला तर अशा प्रसंगीं सद्गुरु त्याच्यांत

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

जबरदस्त आत्मविश्वास जागृत करतो, व तसेंच त्याच्यांत गर्वाचें वारें शिरलें असेल तर तें दूर करण्यास त्याला एखाद्या नवीन परिस्थितींत टाकून त्याच्या मर्यादितेची व निर्बलतेची त्याला जाणीव करून देतो. अशा रीतीने, अहंतेचा पूर्णपणें नाश होण्याकरतां ज्या निरनिराळ्या अवस्थांतून शिष्याला जावें लागतें त्या सर्व अवस्थांमधून शिष्याला त्वरित नेण्यासाठी सद्गुरु आपलें सामर्थ्य खर्च करतो.

सद्गुरूच्या आज्ञांचें पालन केलें म्हणजे परस्परविरुद्ध भावगंडांचा एकमेकांवर ताण पडून त्या दोहोंचाही ऱ्हास होतो—वरिष्ठभाव व कनिष्ठभाव ह्यांची ऐकमेकांवर क्रिया व प्रतिक्रिया होण्यास त्यांचा एकमेकाशीं जाणीवपूर्वक व बुद्धिपुरस्पर संबंध घडून यावा लागतो, व ह्याकरतां एक भाव व्यक्त करण्यासाठी दुसरा भाव जबरदस्तीने दाबून न ठेवतां, हे दोन्ही भाव एकाच वेळीं जागृत होऊन एकमेकाशीं काहीं काळ झुंजत राहतील अशा मानसिक परिस्थितीची आवश्यकता असते. **शिष्याचा सद्गुरूशीं जिव्हाळ्याचा व चैतन्यदायक संबंध घडून येतो तेव्हा त्याच्यांतील वरिष्ठभाव व कनिष्ठभाव हे दोन्ही विशेषत्वाने जागृत होतात; व त्यांचा परस्परांवर व्याघात झाल्यामुळे ते ऐकमेकांचें निराकरण करतात. 'स्वतः मी कांहीच नाही' असा जरी शिष्याचा स्वतःबद्दल भाव असला, तरी सद्गुरूमध्ये व सद्गुरूद्वारा 'मी सर्वच कांही आहे,' हा विश्वास त्याला असतो. अशाप्रकारें, सद्गुरूशीं समीकरण** (adjustment) **करतांना ह्या दोन्ही भावांची एकाच वेळीं खेचाखेच चालून ते ऐकमेकांचे निराकरण करतात** व ह्या दोन्ही विरुद्ध भावांच्या

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अंत झाला म्हणजे अहंतेचा निराळेपणा प्रस्थापित करणाऱ्या सर्व वृत्ती नाहीशा होतात. निराळेपणाच्या सर्व प्रकारच्या भावांचा लय झाला म्हणजे ईश्वरी प्रेमाचा उदय होतो; व 'मी' व 'तूं' हे द्वैत ऐक्यप्रतीतीमध्ये पूर्णपणें विराम पावतें.

सारथ्याचा दृष्टांत:—गाडी मुक्कामावर घेऊन जाण्यास सारथी आवश्यक असतो. परंतु त्या सारथ्याला वाटेंत दिसणाऱ्या वस्तूंचा अनावर मोह पडल्यास, तो वाटेंतील निरनिराळ्या ठिकाणीं बेसुमार काळ थांबतो, एवढेंच नव्हे तर क्षणिक परंतु मोहक वस्तूंच्या नादीं लागून आडरानांत भुलूनही जातो. अशा परिस्थितींत सर्व काळ गाडी चालत राहली तरी मुक्कामाच्या यत्किंचितही जवळ जाणें दुष्कर असतें; उलट मुक्कामापासून अधिक दूर जाण्याचाच संभव फार. मानवी जाणीव व कृति जेव्हा अहंतेच्या आधीन असते, तेव्हा असाच प्रकार दृष्टीस पडतो. अहंभाव म्हणजे एक प्रकारचा सारथी आहे. जीवनरूपी गाडीवर, कांही एक प्रमाणांत, त्याचा ताबा असतो व ती गाडी चालविण्याची शक्तीही त्याच्यांत असते; परंतु या अहंभावरूपी सारथ्याला आपल्या अखेरच्या मुक्कामाबद्दल गाढ अज्ञान असतें.

गाडीला आपल्या अंतिम मुक्कामावर नेऊन पोचविण्यास केवळ गाडी चालविण्याचें व एंजिनचें नियंत्रण करण्याचें ज्ञान असून भागत नाही; तर गाडीला अधिकाधिक आपल्या मुक्कामाकडे नेण्यांत निपुण अशा दिग्दर्शक सारथ्याची तितकीच आवश्यकता असते. जोपर्यंत जाणिवेचे व्यापार केवळ अहंतेच्या प्रभुत्वाखाली चालतात, तोपर्यंत निराळेपणाचा भ्रम दृढ करणारी

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ही स्वाभाविक अहंता मनुष्याच्या आध्यात्मिक प्रगतीला विरोध करते. अहंभावयुक्त व्यापार कितीही केले, तरी त्यांमुळे जाणीव स्वतःच निर्माण केलेल्या बंधनांत अडकून राहते व तिची सर्व हालचाल मायावी तुरुंगांतच असते. जाणिवेचीं बंधनें तोडून, जाणीव निर्माण होण्याचा मूळ उद्देश साध्य करून घ्यावयाचा असेल, तर **जाणिवेचा व्यापार अहंतेच्या तंत्राने न चालवितां दुसऱ्या कोणत्या तरी तत्त्वाने चालविला पाहिजे.** म्हणजे ज्याला आपल्या मुक्कामाचें ज्ञान नाही अशा सारथ्याला सोडून देऊन, त्याच्या जागीं जो मार्गांत अचानक दिसणाऱ्या वस्तूच्या मोहांत न पडतां व मध्यंतरींच्या स्टेशनाकडे किंवा मार्गांतील वस्तूंकडे दुर्लक्ष करून, आपलें लक्ष अद्वैताच्या अंतिम ध्येयावरच केंद्रित करील, अशा उत्तम सारथ्याची योजना झाली पाहिजे. **क्षुल्लक वस्तूंचा नाद सोडून, आपलें लक्ष खऱ्या महत्त्वाच्या श्रेयरूप मूल्यावर केंद्रित केलें, म्हणजे अडाणी सारथ्याच्या हातचा अधिकार काढून घेऊन, ज्याला आपल्या अंतिम मुक्कामाचें ज्ञान आहे, अशा निपुण सारथ्याचे हातांत तो अधिकार दिल्यासारखें होतें.** खऱ्या व सारभूत वस्तूवर, जसजसें वाढत्या प्रमाणांत लक्ष लागतें, तसतसा अहंभावाचा क्षय होत जाऊन सत्यानुभव येत जातो.

अहंता ही भ्रामक कल्पनेच्या आधारावर अनुभवांचें एकीकरण (integration) **करतेः**—अहंता ही जर केवळ मानवी अनुभव एकत्रित करण्याचें साधनच असती, तर अहंतेचे व्यापार वाढवीत गेल्यानेच मनुष्याला अंतिम ध्येय गाठतां आलें असतें.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

परंतु अहंतेला जाणिवेचा विकास होण्यास साधनीभूत असल्याचें विशिष्ट श्रेय जरी असलें, तरी अहंता ही मूर्तिमंत अज्ञानच असल्यामुळे, तिजमुळे आध्यात्मिक प्रगतीला प्रतिबंध होतो. **अहंभाव हा मानवी अनुभवांचें एकीकरण करतो; परंतु हें एकीकरण तो निराळेपणाच्या खोट्या कल्पनेभोवतीं करतो. अहंतेच्या सर्व व्यापारांना आधारभूत निराळेपणाचा भ्रमच असतो; म्हणून, अहंतेमुळे केवळ भ्रमावर भ्रम चढतात.** अहंभाव हा सत्याच्या जवळ जाण्यास मदत न होतां, उलट एक जबरदस्त विघ्नच होऊन बसतो. म्हणून, **मानवी अनुभवांचें एकीकरण, पूर्वीप्रमाणें निराळेपणा प्रस्थापित करणाऱ्या व अज्ञानयुक्त 'मी'-केंद्राभोवतीं करण्याचें सोडून, नवीन ज्ञान-तत्वावर रचलें तरच आध्यात्मिक सत्याची प्राप्ती होते.**

सद्गुरु हा अनुभवांचे एकीकरण करण्याकरतां नवीन केंद्र बनतोः—मानवी अनुभवांचा व्यापार जोपर्यंत द्वैताच्या मर्यादेंत चालतो, तोपर्यंत अर्थपूर्ण व ज्ञानप्रकाशित जीवन साधण्याकरतां, अनुभवाच्या एकीकरणाची अत्यंत आवश्यकता असते. परंतु, अहंतेची अज्ञानाशी अविचाल्य मित्रता असल्यामुळे, अनुभवांचें एकीकरण करतांना, तिचा त्याग करावा लागतो. अशा प्रकारें, निराळेपणाचें मूळ अज्ञान झुगारून देऊन, अहंतेला दुर्लभ अशा निःश्रेयसाचा मार्ग खुला करून देण्यास समर्थ असलेल्या, नव्या केंद्राची अनुभवांच्या एकीकरणासाठी आवश्यकता असते व आदर्शभूत व मूर्तिमंत सत्यच असणारा सद्गुरु हें नवीन केंद्र बनतो. **अनुभव एकत्रित करण्याचें नवीन केंद्र बनलल्या**

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

सद्गुरूला शरण जाऊन, त्याची सेवा व भक्ति केल्यानें, साधकाचें लक्ष निस्सार वस्तूंतून निघून, निःश्रेयसावर जडतें.

सद्गुरूशी ऐक्य म्हणजेच सत्यानुभूतिः—सद्गुरूच्या सत्य स्वरूपाचें ज्ञान झालें. म्हणजे अखिल जीवनाच्या एकतेचा प्रत्यक्ष स्वानुभव येतो; म्हणून सद्गुरूच्या भक्तीने अज्ञानमूलक व विभक्तभावरूपी अहंतेचा हळूहळू निरास होतो. मानवी जीवनांतील ह्या महत्त्वाच्या स्थित्यंतरानंतर, साधकाचे मनोव्यापार मर्यादित अहंभावाच्या दृष्टीने न होतां, सत्याचें मूर्त स्वरूप जो सद्गुरू त्याच्याच दृष्टीने होतात. ह्यानंतरचे साधकाचे सर्व व्यापार व्यक्तिनिष्ठ अहंतेच्या आधारावर होत नसून, सत्य-स्वरूप जो सद्गुरू त्याच्याच स्फूर्तिरूप प्रेरणेनें होऊन राहिले आहेत, असा त्याला अनुभव येतो. स्वतःचा मर्यादित स्वार्थ साधण्याची वृत्ति नाहीशी होऊन, अविभाज्य व व्यापक अशा अखिल जीवनाचें जिवंत प्रतीक असलेल्या सद्गुरूमध्ये तो गढून जातो. आपल्या सर्व चांगल्या व वाईट वासना व अनुभव तो सद्गुरूला समर्पण करतो; व मर्यादित अहंतेसाठीं कोणतेच घटक शिल्लक ठेवीत नाही. अशाप्रकारें, अहंतेचें दिवाळें निघाले, तरी अनुभवांचें एकीकरण बंद पडत नाही; तर तें सत्यस्वरूप सद्गुरूच्या नवीन केंद्राभोंवती चालूच राहतें. अहंतेचा पूर्णपणे निरास झाला म्हणजे सत्यस्वरूप सद्गुरू हा स्वतःच जाणिवेंत स्थिर होऊन, जाणिवेंतील सर्व व्यापारांचा प्रेरक होतो. अशा-प्रकारें, सद्गुरूशी ऐक्य व आत्मसाक्षात्कार हीं एकाच वेळीं अनुभवास येतात.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

उत्क्रांतीचें सिंहावलोकन:—जेव्हा नम्रता, निःस्वार्थीपणा व प्रेम, अथवा सत्यस्वरूप सद्गुरूला आत्मसमर्पण व पूर्ण शरणागति ह्यांच्या वाढीमुळे, **जीवनांतील आध्यात्मिक हेतुपुरस्सरतेला अहंभाव क्रमाक्रमानें अनुकूल होत जातो**, तेव्हा तो फार क्षीण होतो, व तो आध्यात्मिक विकासाला कमी कमी विरोध करतो, एवढेंच नव्हे, तर त्याच्यांत मूलभूत फरक होत जाऊन, अखेरीस तो पूर्णपणें नष्ट होऊन, ज्यांत त्याच्या निराळेपणाची छायाही नाही, अशा भेदरहित सत्याची स्थापना होते. हा अहंभावक्षय, एखाद्या विशाल व जंगली झाडाच्या फांद्या कापण्याप्रमाणें असून, अहंभावाचा संपूर्ण लोप म्हणजे या झाडाला मुळापासून पूर्णपणें उपटून काढण्यासारखें आहे. अहंभाव निःशेषपणें नाहीसा झाल्यानंतर, आत्म्याच्या सत्यस्वरूपाचा उदय होतो. **आत्म्याच्या लांबलचक प्रवासांत प्राणिविशिष्ट जाणिवेचे प्रथम मर्यादित 'मी'-पणाच्या मानवी जाणिवेंत रूपांतर होतें. व नंतर ही संकुचित 'मी' पणाची जाणीव ओलांडून, सद्गुरूच्या मध्यस्थीनें, जिथे निराळेपणाचा व द्वैताचा पूर्ण अभाव आहे, अशा अविनाशी व 'मी अनंत आहे' ह्या सत्य व परमश्रेष्ठ ज्ञानस्थितींत प्रवेश होतो.**

पुस्तकालय
गुरुकुल कांगड़ी

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

MEHER PUBLICATIONS

1. **Meher Baba's Discourses** (Five Volumes) each Rs. 2-0
2. **Gems from the Teachings of Meher Baba** Rs. 1-4
3. **Divine Theme**—By Meher Baba Rs. 4-0
4. **Perfect Master (Life of Shri Meher Baba)** —By C. B. Purdom Rs. 6-0
5. **Meher Baba—The Awakener** —By Dr. C. D. Deshmukh, M. A., Ph. D. (London) (With Foreword by Princess Norina Matchbelli) Rs. 1-0
6. **Shri Meher Baba-His Philosophy & Teachings** —By A. K. Abdulla Re. 1-0
7. **Meher Baba**—By Eastern & Western Disciples Rs. 0-3
8. **Sayings of Shri Meher Baba** Rs. 0-4
9. **Shri Meher Baba** Vol. I (Gujrathi) —By F. H. Dadachanji Rs. 2-0
10. **Meher Baba** (Urdu) —By K. E. Afseri Rs. 0-2
11. **Meher Baba** (Persian)—By S. A. Abbas Rs. 0-2
12. **श्रीमेहेरबाबा और उनके अध्यात्मपर लेख** (हिंदी) Rs. 1-8
13. **श्रीमेहेरबाबा** (मराठी) —By Dr. C. D. Deshmukh, M. A., Ph. D. Rs. 1-8

Can be obtained from:----

ADI. K. IRANI,
Meher Baba Universal Spiritual Centre,
King's Road, Ahamednagar.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अवतार मेहेरबाबा माला

संचालक व प्रकाशक

मेहेरबाबा जागतिक अध्यात्मकेंद्र,
किंग्ज रोड, अहमदनगर.

संपादक

दि. ह. पोफळी, बी. एस्सी. एलएल्. बी.
अवतार मेहेरबाबा कार्यालय,
धनतोली, नागपूर.

श्री मेहेरबाबा

आपल्या दैवी प्रेमाने व प्रज्ञासंपन्न सामर्थ्याने श्रीमेहेरबाबा मानवास नवीन दृष्टि व परमशांति देतात. अखिल मानवतेमध्ये अकलंकित बंधुतेची प्रस्थापना करून सत्य व प्रेम यांवर अधिष्ठित असलेलें नवयुग निर्माण करणें हेंच त्यांचें अवतारकार्य आहे. त्यांनी जुलै, १९२५ पासून मौन धरलें आहे.

श्रीमेहेरबाबांचे अध्यात्मपर लेख व दिव्य संदेश मराठी, हिंदी व उर्दू ह्या भाषांतून वाचक वर्गास मिळावेत हा 'अवतार मेहेरबाबा' मालेचा उद्देश आहे.

वार्षिक वर्गणी रु. २ पो. ख. सह.

पत्ता
अवतार मेहेरबाबा कार्यालय
धनतोली, नागपुर

दि. ह. पोफळी
संपादक

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अवतार मेहेरबाबा

माला

पुष्प चवथें

संस्कारबंध

[उत्पत्ति, कार्य व निरास]

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अनुक्रमणिका

		पृष्ठ
१.	संस्कारांची उत्पत्ति व त्यांचें कार्य	१ ते १४
२.	संस्कारनाश : भाग १ [संस्कारनिर्मिति थांबविणें व तें क्षीण करून उकलणें]	१५ ते २९
३.	संस्कारनाश : भाग २ [संस्कार विखरून संपविणें]	३० ते ४२
४.	संस्कारनाश : भाग ३ [संस्कारांचें परिमार्जन]	४४ ते ४८

मुद्रक—**पां. ना. बनहट्टी**, बी. एस्‌सी.,
नारायण मुद्रणालय, धनतोली, नागपूर.

प्रकाशक
त्रिंबक नारायण जोशी
संचालक, सी. पी. डिरेक्टरी,
वॉकर रोड, नागपुर.

११ नव्हेंबर १९४४] [किंमत एक रुपया.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

संस्कारांची उत्पत्ति व त्यांचें कार्य

मानवी अनुभवांचें पृथक्करण:—मनुष्याच्या अनुभवाच्या दोन बाजू असतात. पहिली कर्तृविषयक (Subjective) व दुसरी वस्तुविषयक (Objective). पहिल्या स्वरूपांत मानसिक क्रियांचा समावेश होतो. ह्या मानसिक क्रिया मानवी अनुभवांचे आवश्यक घटक असतात. दुसऱ्या स्वरूपांत ह्या मानसिक क्रियांचा ज्यांच्याशी संबंध असतो अशा वस्तु व पदार्थ यांचा समावेश होतो. ह्या मानसिक क्रिया अंशत: तात्कालिक बाह्य परिस्थितीवर अवलंबून असतात आणि अंशतः पूर्व संस्कारांच्या अनुभवांच्या ठशांच्या कार्य-क्षमतेवर अवलंबून असतात. अशा रीतीने **एका बाजूला मागील संस्कारांचा सागर आणि दुसऱ्या बाजूला सर्व विस्तीर्ण बाह्य जगत् ह्यांच्यामध्ये मनुष्याचें मन सापडलें जातें.**

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अनुभवांपासून संस्कार उत्पन्न होतात आणि ते भावी अनुभवांचे जनक होतात:—मानसोत्पत्ति (Psychogenetic) शास्त्राच्या दृष्टीने असें दिसून येतें की, मागील अनुभवांचे मनांत जे ठसे साठवले जातात त्या ठश्यांच्या कार्यावर मनुष्याचीं कृत्यें आधारलेलीं असतात. **प्रत्येक विचार, भावना व कृति ह्यांचें मूळ म्हणजे ह्या ठशांचे समूह हे होत.** मन हा एक पदार्थ मानला तर असें दिसून येतें की हे ठशांचे समूह मनुष्याचें मन निरनिराळ्या प्रकारचें बनवितात. **हे ठसे म्हणजे संचित संस्कार होत व तेच बव्हंशीं वर्तमान व भावी अनुभवाची दिशा ठरवितात.** अनुभव घेत असतांना मन असे संस्कार सतत निर्माण करतें व संग्रह करून ठेवितें. शरीर, निसर्ग व भोवतालच्या दुसऱ्या वस्तु, अशा स्थूल विषयांचा विचार करतेवेळीं, मन जणूं काय बहिर्मुख होतें, आणि स्थूल संस्कार उत्पन्न करतें; व स्वतःच्या मानसिक क्रियांचा विचार करतेवेळीं मन सूक्ष्म आणि मानसिक संस्कार निर्माण करतें. मानसिक क्रिया संचित संस्कारांमुळे उत्पन्न होतात. प्रथम संस्कार उत्पन्न होतो की प्रथम अनुभव उत्पन्न होतो हा प्रश्न म्हणजे प्रथम अंडें की प्रथम कोंबडी ह्या प्रश्नासारखा आहे. दोन्ही एकमेकांचीं कारणें असून दोन्हीही बरोबरच वाढतात. म्हणून **संस्कारांची उत्पत्ति व कार्य समजलें म्हणजे मानवी अनुभवांचें रहस्य आपोआप समजतें.**

नैसर्गिक व कृत्रिम संस्कार:—संस्कार दोन प्रकारचे असतात, नैसर्गिक व कृत्रिम. एखादा संस्कार नैसर्गिक आहे किंवा कृत्रिम आहे हें त्याच्या उत्पत्तीच्या प्रकारावर अवलंबून आहे.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

जीवनाच्या उत्क्रांतीचा (organic evolution) **क्रम चालला असतांना आत्मा जे जे संस्कार गोळा करतो त्या संस्कारांना नैसर्गिक संस्कार असें म्हणतात.** आत्मा निर-निराळीं मनुष्येतर शरीरें क्रमाक्रमानें धारण करीत असतांना व सोडीत असतांना हे नैसर्गिक संस्कार उत्पन्न होत जातात व आत्म्याभोवतीं गोळा होऊन राहतात. ह्या रीतीनें नैसर्गिक संस्कार गोळा करीत करीत आत्मा हा दगड किंवा धातू ह्यांसारख्या बाह्यतः अचेतन वाटणाऱ्या योनींतून क्रमाक्रमानें मनुष्ययोनींत येतो. मनुष्ययोनींत जाणीवशक्ति पूर्णपणे विकास पावते. मनुष्य-शरीर प्राप्त होण्यापूर्वी, आत्म्याभोवतीं जे संस्कार गोळा होतात ते सर्व नैसर्गिक उत्क्रांतीमुळे उत्पन्न होतात.

वरील नैसर्गिक संस्कार, आणि मानव शरीर मिळाल्यानंतर आत्मा आपल्याभोवतीं जे संस्कार गोळा करतो ते संस्कार, ह्या दोन प्रकारच्या संस्कारांतील फरक काळजीपूर्वक ध्यानांत ठेवला पाहिजे. आत्म्याला मनुष्ययोनीमध्ये जडलेले संस्कार, जाणीव-शक्तीचें **नैतिक स्वातंत्र्य** कायम असतांना, कमाविलेले असतात. ह्या मनुष्ययोनीमध्ये जाणिवेला सद्गुण आणि दुर्गुण, चांगलें आणि वाईट ह्यामधील भेद समजतो. म्हणून ह्यांतील कोणतें कर्म करावें व कोणतें करूं नये ही क्रमप्राप्त जबाबदारी जाणिवेवर मनुष्ययोनींत पूर्णपणें असते. सबब **मानवयोनी प्राप्त झाल्या-नंतर कमाविलेल्या संस्कारांना कृत्रिम संस्कार असें म्हणतात** कारण मानवयोनी प्राप्त झाल्यानंतरचे संस्कार जरी अखेरीस नैसर्गिक संस्कारावरच आधारलेले असतात, तरी ते मूलभूत

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

गुरुकुल कांगड़ी

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

निराळ्या परिस्थितींत उत्पन्न झालेले असतात व नैसर्गिक संस्कारांच्या मानानें त्यांची उत्पत्ति बरीच नवीन असते. आत्म्याभोवतीं गोळा होऊन राहण्याच्या **कालमानांत** आणि **उत्पन्न होण्याच्या परिस्थितींत** ह्या दोन प्रकारच्या संस्कारांत फरक असतो; व ह्या विषमतेमुळे कृत्रिम संस्कारापेक्षा नैसर्गिक संस्कार आत्म्याभोवती जास्त दृढतेने राहतात. म्हणून, **जास्त दृढमूल आणि पुरातन अशा नैसर्गिक संस्कारांना नष्ट करणें अत्यंत कठीण असतें. कृत्रिम संस्कारांना नष्ट करणें तितकें कठीण जात नाही.** नैसर्गिक संस्कारांचा पूर्णपणें नाश करण्याचें हें कार्य पूर्ण सद्गुरूची मदत व कृपा नसली तर स्वप्रयत्नाने जवळ जवळ अशक्य असतें. वर सांगितल्याप्रमाणे कृत्रिम संस्कार हे नैसर्गिक संस्कारांच्या आधारावर उभारलेले असतात, आणि नैसर्गिक संस्कार हे उत्क्रांतीचा परिणाम होत.

परमात्म्याच्या 'स्वसंवेद्य व्हावें' अशा स्फुरणामुळे स्थूल जगताची उत्पत्ति होते:—दुसरा महत्त्वाचा प्रश्न हा की अनंत व पूर्ण अशा परमात्म्यापासून उत्क्रांतीच्या निरनिराळ्या प्रसंगीं देहधारी जीव कां प्रगट व्हावेत? पूर्णतत्त्वामध्ये जाणीव (conscicusness) उत्पन्न होण्याकरतां हे देहधारी जीव निर्माण होतात. पूर्णतत्त्वामध्ये स्वतःचें ज्ञान होण्याची इच्छा सुप्तपणें असते; व ह्या इच्छेमुळे अखेरीस उत्क्रांतीच्या मार्गाने जीवाची उत्तरोत्तर मूर्तरूपें (forms) उत्पन्न होतात. 'सृष्टीच्या उत्पत्तीचें कारण काय?' हें विचारद्वारा समजण्यासाठी, सृष्टीच्या उत्पत्तिपूर्वी पूर्णतत्त्वामध्ये ही स्वतःचें स्वरूप जाणण्याची इच्छा होती असेंच मानणें भाग पडतें.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

परमात्म्याच्या लहरीला महासागरांतील लाटेचा दृष्टांत देतां येईल:—परंतु सृष्टी उत्पन्न होण्याचें कारण बुद्धीने समजण्यासाठी जरी पूर्ण तत्त्वामध्ये स्वतःचें स्वरूप जाणण्याची इच्छा होते असें गृहीत धरणें भाग पडतें, तरी खरोखरीच तिला 'इच्छा' असें म्हणणें म्हणजे तिच्या खऱ्या स्वरूपाचा विपर्यास होय. तेव्हा सृष्टी-उत्पत्तीच्या ह्या कारणास **लहर** किंवा **स्फुरण** असें म्हटल्यास अधिक बरें. **ही लहर अशी अगम्य, स्वयंस्फूर्त व अचानक असते की तिला अमुकच असें नांव दिलें की त्या योगाने तिचें खरें स्वरूप झाकलें जातें.** सृष्टीच्या उत्पत्तीचें गुह्य कळण्याच्या कामीं बुद्धीचे सर्व प्रयत्न हटकून अपुरेच पडतात, म्हणून ते कळण्यास बुद्धिनिष्ठ तर्काऐवजी दृष्टांताचाच उपयोग केला पाहिजे. ज्याप्रमाणे शांत अशा सागरावरून एक लाट जात असतांना तिच्या योगाने अनंत बुडबुडे उत्पन्न होतात, त्याप्रमाणे अनंत व अविभाज्य अशा एका विश्वात्म्यापासून ह्या लहरीमुळे अगणित पृथक् आत्मे (जीव) उत्पन्न होतात. परंतु ह्या सर्व पृथक् आत्म्यांचें अधिष्ठान म्हणजे हा सर्वव्यापी व केवळ असा विश्वात्माच असतो. ह्या आकस्मिक व स्वयंस्फूर्त लहरीपासून पृथक् आत्मे उत्पन्न होतात व ह्या पृथक् आत्म्यांना उत्क्रांतीचें कालचक्र चालू असेपर्यंत (म्हणजे ही लहर पूर्णपणे शांत होईपर्यंत) सतत कायम राहणाऱ्या स्वतःच्या अस्तित्वाची कांहीही कल्पना नसते. अनंत असा विश्वात्मा म्हणजे परब्रह्म होय. वस्तुतः ज्यांत कोणत्याही प्रकारचा भेद नाही अशा ब्रह्म रूपी सागरांत बिंदू उत्पन्न होतात व त्या बिंदूपासून सृष्टीची विविधता उत्पन्न होते.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

आणि जो अनंत सागर एका क्षणापूर्वी पूर्णपणें शांत होता त्याचे पृष्ठभागावर खळबळ उठून त्यांत स्वसंकोचामुळे (Self-limitation) मर्यादित आकारांचे अनंत जीवरूपी बुडबुडे दिसून येतात.

सृष्टीच्या उत्पत्तीच्या भासामुळे परमात्म्यांत कांहीच विकृति होत नाहीः—परंतु **हा सर्व केवळ दृष्टांत होय.** स्वसंवेद्य होण्याच्या इच्छालहरीमुळे जे दृश्य जग उत्पन्न होतें त्यामुळे परमात्म्यामध्ये खरोखरीच कांही फरक घडून येतो अशी कल्पना करणें चुकीचें आहे. **परमात्म्यामध्ये कोणतीही उत्क्रांतीची किंवा अपक्रांतीची क्रिया घडणें हें अशक्य आहे. परमात्म्या-पासून कोणतीही गोष्ट वस्तुतः उत्पन्न होऊं शकतच नाही.** कोणतीही विकृति उत्पन्न होते असें मानणें म्हणजे एकमेव परमात्म्याचें सत्य अस्तित्व बाधित करणेंच होय. स्थूल सृष्टीच्या उत्पत्तीमुळे जो फरक दिसून येतो तो फरक कांही मूलभूत वस्तु-तत्त्वांत (परमात्म्यांत) घडून येत नाही; तिच्यामुळे परमात्म्यांत कोणताही खरा फरक होत नाही; तर तो फरक केवळ वरपांगी व दिखाऊ होय. एका अर्थी सृष्टीचें स्थलरूपाने दिसणें ही अमर्याद अशा परमात्म्याची एकप्रकारची वाढ (self-extension) मानली पाहिजे. कारण त्या वाढीच्या योगाने अनंत असा जाणीवरहित परमात्मा स्वतःला स्वतःची जाणीव करण्याचा प्रयत्न करतो. परंतु परमात्म्याची ही वाढ ज्याअर्थी स्वसंकोच (self-limitation) केल्यानंतर निरनिराळ्या जीवांच्या आकारांनी दिसून येते, त्याअर्थी ह्या सृष्टीच्या स्थूल रूपाने व्यक्त होण्यासच परमात्म्याचा एक-प्रकारचा संकोच असेंही मानलें पाहिजे. परंतु सृष्टीच्या ह्या स्थल

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

स्वरूपाने व्यक्त होण्यास परमात्म्याची एकप्रकारची वाढ किंवा संकोच असें कांहीही मानलें तरी त्यापूर्वी स्वसंवेद्य होण्याची मूळ स्फूर्ति मानावी लागते. **सृष्टींतील निराळेपणा आणि व्यक्तींतील पृथकत्व यांना केवळ काल्पनिक अस्तित्व आहे.** सृष्टीचें अस्तित्व किंवा स्थूल सृष्टीचें मूलभूत कारण म्हणजे **भास** किंवा **भ्रम** हेंच होय. म्हणून अगणित असे पृथक् आत्मे जरी दिसून आले तरी विश्वात्मा जो परब्रह्म तो जशाचा तसाच आपल्या मूलस्वरूपांतच असतो. **त्यांत कोणताही संकोच किंवा वाढ मुळीच होत नाही.** परंतु, रूपात्मक सृष्टीच्या भ्रमामुळे विश्वात्म्यांत जरी कोणताही फरक होत नसला, तरी अगणित अशा पृथक् आत्म्यांच्या रूपाने विश्वात्म्यामध्ये वरपांगी व दिखाऊ भेदांचे अस्तित्व जरूर भासतें.

अगदी पहिला भास पाषाणाच्या स्वरूपांत दिसून येतो. विश्वात्म्याला होणारा अगदी पहिला भास किंवा भ्रम किंवा त्याची पहिली कल्पना ही सर्व एकच होत. म्हणून हाच संस्कार उत्पन्न होण्याचा आरंभ होय. संस्कार उत्पन्न होण्याचें कार्य एका मर्यादित केंद्रांत सुरू होतें, व तें आत्म्याच्या पृथक्पणाचें पहिलें केंद्र बनतें. स्थूल सृष्टीस हें पहिलें केंद्र त्रिदिशात्मक (Tridimensional) अचेतन दगड या स्वरूपाचें असतें. ह्यामध्ये अगदी पहिली अत्यल्प विकसित व आंशिक (Partial) जाणीव असते. दगडांतील ही अंधुक व अस्पष्ट जाणीव आत्म्याला स्वतःच्या आकाराचें व शरीराचें ज्ञान होण्यास अतिशय अपुरी असते. **म्हणून** विश्वात्म्याचा स्वस्वरूपाची जाणीव करून घेण्याचा सृष्टी उत्पन्न

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

करण्यांत जो मूळ हेतु आहे तो साध्य करण्याचे कामीं ही पाषाणांतील जाणीव अत्यंत अपुरी असते. पाषाणाच्या अवस्थेंत जाणिवेला जी कांही अल्प प्रकाशन शक्ति असते ती विश्वात्म्यापासून मिळालेली असते; पाषाणाच्या शरीरापासून नव्हे. विश्वात्मा प्रथम जाणिवेशीं तादात्म्य पावतो व नंतर जाणिवेच्या द्वारा पाषाण शरीराशीं तादात्म्य पावतो. म्हणून पाषाणशरीराचे मदतीवाचून तो विश्वात्मा आपल्या जाणिवेचें क्षेत्र वाढवूं शकत नाही. ज्याअर्थी जाणिवेच्या पुढील सर्व विकासाला पाषाणशरीर व त्याची जडता हीं प्रतिबंध करतात, त्याअर्थीं अधिकाधिक उच्च प्रकारचीं शरीरें धारण करणें आत्म्याला आवश्यक होतें. **जाणिवेचा विकास आणि ही जाणीव ज्यावर अवलंबून असते त्या शरीरांचा विकास हे दोन्हीही बरोबरीने होतात.** म्हणून विश्वात्म्याची स्वतःस जाणण्याची इच्छा जाणिवेच्या विकासाकरता लागणाऱ्या साधनांची उत्तरोत्तर उत्क्रांति घडवून आणण्याचा प्रयत्न करते.

जाणीव व शरीरें ह्यांची उत्तरोत्तर उत्क्रांति:—अशा प्रकारें जाणिवेच्या विकासाकरता विश्वात्मा आपल्यासाठी अधिक विकसित शरीर तयार करतो. ह्या अधिक विकसित शरीरांत ती किंचित् स्पष्टतेस येते. परंतु त्या स्थितींत सुद्धा जाणीव फारच प्राथमिक स्थितींत असते. म्हणून आत्म्याला वनस्पति आणि वृक्ष अशा अधिक उच्च प्रतीच्या शरीरांत जावें लागतें. ह्या नव्या अवस्थेंत जाणिवेच्या विकासांतील वाढ स्पष्ट दिसून येण्यासारखी असते. कारण ह्यामध्ये वाढ, नाश व पुनरुत्पत्ति ह्या क्रिया चालू असतात. जेव्हा विश्वात्मा किडे, पक्षी आणि जनावरें ह्यांचीं

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

जाणीवयुक्त शरीरें स्थूलरूपाने धारण करतो तेव्हा जाणिवेच्या स्वरूपांत आणखी अधिक विकास होणें शक्य असतें; कारण त्या योनींतील जीवांना आपल्या शरीराचें व भोवतालच्या पदार्थांचें अधिक भान असतें; आणि **आपआपल्या वातावरणांत ते आपलें स्वामित्व प्रस्थापन करण्याचें ध्येय ठेवतात.** उच्च प्रकारच्या जनावरांत बुद्धि कांही प्रमाणांत दिसून येते, परंतु तिचें क्षेत्र स्वसंरक्षण आणि आपल्या पिलांचें संरक्षण व जोपासना ह्यापुरतेंच असतें. **जनावरांमध्ये सुद्धा जाणीव पूर्णपणे विकसित झालेली नसते, व त्यामुळे विश्वात्म्याची स्वतःस जाणण्याची मूळ इच्छा पुरी करण्यास ती जाणीव असमर्थ असते.**

मानवांची जाणीव—अखेरीस विश्वात्मा हा मानव देह धारण करतो; व त्या मानव देहांत स्वतःच्या देहाचे व भोवतालच्या परिस्थितीचें ज्ञान होऊन जाणिवेचा पूर्णपणें विकास होतो. मनुष्य देहांत बुद्धीची तर्कशक्ति अत्यंत विशाल असते व तिचें कार्यक्षेत्रही विस्तृत असतें. परंतु मनुष्यदेहांत सुद्धा विश्वात्मा आपल्या जाणीव-शक्तीच्या सहाय्याने स्थूल देहाशीं तादात्म्य पावतो. म्हणून विश्वात्म्याचें खरें स्वरूप प्रकाशित करण्याचें कार्य जाणीव करत नाही. तरी मानव देहांत जाणिवेचा पूर्ण विकास होत असल्यामुळे त्या जाणिवेंत आत्मसाक्षात्कार करून देण्याचें सामर्थ्य गुप्तपणें असतें; आणि **ज्या स्वतःस जाणण्याच्या इच्छेने उत्क्रांतीस सुरुवात झाली ती इच्छा अखेरीस पूर्ण होते; व मानवतारूपी लतेचें सुंदर पुष्पच असा जो सद्गुरु किंवा मानवदेही परमेश्वर हा निर्माण होतो.**

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

संस्कार गोळा करणें:—मनुष्यांत साधारणपणें जी जाणीव दिसून येते तिच्या योगाने विश्वात्म्याला आत्मज्ञान होऊं शकत नाही, कारण ही साधारण जाणीव संस्कारबद्ध असते. ती संस्कारांच्या समूहांनी वेष्टित झालेली असते. जशी जशी ज़ाणीव ही दगड किंवा धातु अशा बाह्यतः अचेतन भासणाऱ्या अवस्थांतून वृक्ष व वनस्पती ह्या अवस्थेंत, व नंतर पुढे किडे, पक्षी व जनावरें अशा अधिक जाणीवयुक्त अवस्थेंत आणि अखेरीस जाणिवेचा पूर्ण विकास झालेल्या मानवी अवस्थेंत जाते, तशी तशी ती जाणीव, नवे नवे संस्कार उत्पन्न करते, व ह्या सर्व संस्कारांनी ती स्वतःला वेष्टित किंवा बद्ध करीत जाते. हेच नैसर्गिक संस्कार होत. ह्या नैसर्गिक संस्कारांत, मनुष्यदेहामध्ये उत्पन्न झालेल्या कृत्रिम संस्कारांची भर पडते, कारण मनुष्य जन्मांत सुद्धा विविध व्यापार व अनुभव ह्यांच्या योगाने कृत्रिम संस्कार उत्पन्न होतच असतात. अशा रीतीने उत्क्रांति होत असतांना व त्याचप्रमाणे मानवदेह प्राप्त झाल्यावर सुद्धा, संस्कार गोळा होत जाण्याची क्रिया अव्याहत चालूच असते. ह्या संस्कारांच्या उत्पत्तिक्रमाला एखाद्या काठीभोवती सूत गुंडाळण्याची उपमा देतां येईल. **संस्कार हेंच जणूं काय सूत आणि व्यक्तीचें मन ही काठी. संस्काररूपी सूत गुंडाळण्याची क्रिया ही उत्क्रांतीचे सुरुवातीपासून चालू होऊन ती उत्क्रांतीच्या सर्व अवस्थांत व मानव देहांत सुद्धा चालूच असते.** गुंडाळलेलें सूत म्हणजे हे सर्व नैगर्सिक व कृत्रिम संस्कार होत.

संस्कारांच्या प्रभावाची कांही उदाहरणें:— मानवजन्मांत सतत नवे नवे संस्कार उत्पन्न होत असतात, कारण मानव देहांत

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

जाणिवेला नाना प्रकारचे पदार्थ व कल्पना ह्यांचा अनुभव येतो. ह्या संस्कारामुळे जाणिवेच्या स्थितींत निरनिराळीं रूपांतरें होत असतात. **सुंदर पदार्थांमुळे उत्पन्न होणाऱ्या संस्कारांमध्ये, जाणिवेमधील अंतःसामर्थ्य जागृत करण्याची शक्ति असते.** या संस्कारांमुळे सौंदर्याचें परीक्षण करण्याचें आणि उपयोग घेण्याचें कार्य करण्यास जाणीव पात्र होते. मधुर गाणें ऐकतांना व सुंदरसा देखावा पाहतांना जे संस्कार उत्पन्न होतात त्यांच्या योगाने आनंद उत्पन्न होतो. त्याचप्रमाणे एखाद्या विचारवंत पुरुषाचा समागम मिळाला म्हणजे नवीन प्रकारच्या विचारसरणीची मनुष्याला गोडी लागते आणि त्यापूर्वी जाणिवेला अपरिचित असलेला उत्साह त्याला प्राप्त होतो. जाणिवेच्या अवस्था निश्चित करण्याची शक्ति केवळ पदार्थ व लोक यांच्यामुळे उत्पन्न झालेल्या संस्कारांतच असते असें नाही, तर ही शक्ती केवळ कल्पना व भोळ्या समजुती ह्यांमुळे झालेल्या संस्कारांतसुद्धा असते.

भोळ्या समजुतींमुळे झालेले संस्कार—भोळ्या कल्पनांच्या संस्कारांत किती शक्ति असते हें एका भुताच्या गोष्टीवरून दिसून येईल. मनुष्याच्या मनांत वावरणाऱ्या निरनिराळ्या कल्पनांपैकी भुताटकीच्या कल्पनेइतक्या भोळ्या कल्पना दुसऱ्या इतर क्षेत्रांत क्वचितच दिसून येतात. हीं भुतें आपल्या बळीला विचित्र तऱ्हेने ताप देतात अशी लोकांची समजूत असते. हिंदुस्थानांत एका मोंगल राजाच्या अमलांत एकदा एक चांगला सुशिक्षित गृहस्थ भुतांच्या अस्तित्वाबद्दल फार साशंक झाला. म्हणून भुतांचा स्वतःच अनुभव घेण्याचा त्याने निश्चय केला.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

'अमुक एका स्मशानांत अमावास्येच्या रात्रीं जाऊं नको' असें त्याला बजावण्यांत आलें होतें. त्या स्मशानांत एक मोठें भूत रहात असतें व त्या स्मशानाच्या हद्दींत त्या रात्रीं जर एक लोखंडी खिळा गाडला तर तें भूत अवश्य दिसतें, अशी वदंता होती. एका अमावास्येच्या रात्रीं एका हातीं खिळा व दुसऱ्या हातांत एक हातोडा घेऊन तो सरळ त्या स्मशानांत गेला, व तो खिळा गाडण्यास त्याने एक गवत नसलेली जागा पसंत केली. रात्र काळोखाची होती व त्याने अंगांत घातलेला ढिला अंगरखा तितकाच काळ होता. खिळा गाडण्यास तो जमिनीवर बसला तेव्हां त्याच्या अंगरख्याचें टोक खिळा आणि जमीन यांच्या मध्ये सापडलें आणि खिळ्यांत अडकून बसलें. खिळा गाडून झाला आणि भूत वगैरे न दिसतां आपलें काम यशस्वी रीतीने पार पडलें असें त्याला वाटलें. पण तेथून उठण्याचा तो प्रयत्न करतो, तोंच आपण जमीनीकडे ओढले जात आहोत असें त्याच्या अनुभवास आलें, आणि त्याला भयाने पछाडलें. **पूर्वी ऐकलेल्या गोष्टीच्या आठवणीमुळे** (संस्कारांमुळे) **त्याला भुताशिवाय दुसरें कांही कारणच सुचलें नाही.** अखेरीस भुताने आपल्यास पकडलें असें त्याच्या मनाने घेतलें. ह्या विचाराचा त्याला एवढा मोठा धक्का बसला की त्यामुळे हृदयक्रिया बंद पडून तो बिचारा मरून पडला. भोळ्या कल्पनेमुळे उत्पन्न होणाऱ्या संस्कारांत कधी कधी किती शक्ति असते हें ह्या गोष्टीवरून कळून येईल.

परमात्मस्थितीचा अनुभव घेण्यास संस्कार नाहीसे व्हावे लागतात:— संस्कारांची शक्ति व त्यांचें कार्य ह्यांचें वर्णन

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

करावें तितकें थोडेंच आहे. संस्कार ही घनभूत झालेली शक्ति असून ती अव्यक्त असल्यामुळे दृढ व टिकाऊ असते. संस्कार मनुष्याच्या मनावर इतका दृढपणे बिंबून बसतो की तो नष्ट करण्याची कितीही प्रामाणिक इच्छा व प्रयत्न केले तरी त्यासाठी योग्य काळच घालवावा लागतो. प्रत्यक्ष किंवा अप्रत्यक्ष अशा दोन तऱ्हेने संस्कार हा कार्यरूपाने व्यक्त होतो. मनामध्ये पुष्कळ भिन्न तऱ्हेचे संस्कार असतात आणि जाणिवेमध्ये व्यक्त स्वरूपांत येतांना त्यांचा परस्परांत संघर्ष होतो. मानसिक अस्वस्थतेच्या वेळीं हा संस्कारांचा झगडा जाणिवेच्या अनुभवास येतो. **चांगल्या आणि वाईट अशा सर्व संस्कारांचें दडपण जाणिवेवरून पूर्ण नाहीसें होईपर्यन्त अनुभव हा गोंधळयुक्त, भ्रामक, भिन्न स्वरूपाचा व मिश्र प्रकाराचाच राहणार.**

तीन प्रकारच्या संस्कारांमुळे वेगवेगळ्या तीन प्रकारची जाणीव उत्पन्न होते:—संस्कारांचें वर्गीकरण ते ज्या क्षेत्रांत कार्य करतात त्यांच्या वैलक्षण्यावरून करतां येतें. जीवनाच्या क्षेत्रांत संस्कार तीन प्रकारचे दिसून येतात.

१ स्थूल संस्कार—ह्यांच्यामुळे आत्म्याला स्थूल उपाधीच्या सहाय्याने स्थूल जगताचा अनुभव घेतां येतो. हें शरीरक्षेत्र होय.

२ सूक्ष्म संस्कार—ह्यांच्यामुळे आत्म्याला सूक्ष्म उपाधीच्या सहाय्याने सूक्ष्म जगताचा अनुभव घेतां येतो. हें शक्ति क्षेत्र होय.

३ मानसिक संस्कार—ह्यांच्यामुळे आत्म्याला मानसिक उपाधीच्या योगाने मानसिक जगताचा अनुभव घेतां येतो. हें मानसिक क्षेत्र होय.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

जीवात्म्यांच्या स्थितींत जो फरक दिसून येतो त्याचें कारण हेंच आहे की त्यांच्या जाणिवेवरील संस्कारांच्या दडपणांत फरक असतो. स्थूल जाणिव असलेल्या आत्म्यांना फक्त स्थूल जगताचाच अनुभव घेतां येतो; सूक्ष्म जाणीवेच्या आत्म्यांना फक्त सूक्ष्म जगताचाच अनुभव घेतां येतो; आणि मानसिक जाणीव असलेल्या आत्म्यांना फक्त मानसिक जगताचाच अनुभव घेतां येतो. आत्म्यांचे संस्कार निरनिराळ्या स्वरूपाचे असल्यामुळे ह्या तीन प्रकारच्या आत्म्यांच्या अनुभवांतही **गुणविशिष्ट** फरक दिसून येतो.

आत्मज्ञानी पुरुष हे संस्कारांपासून मुक्त असतातः—आत्मज्ञान असलेले आत्मे इतर सर्व आत्म्यांहून स्वाभाविकपणें निराळेच असतात. कारण ते आपण स्वतःच इतर कोणत्याही साधनांच्या साहाय्यावाचून विश्वात्म्याचा अनुभव घेतात. आणि दुसरे आत्मे आपलीं शरीरें व तद्विशिष्ट जगतांचा अनुभव घेतात. स्वतःची जाणीव असलेल्या आत्म्यांच्या आणि इतर आत्म्यांच्या जाणिवेमध्ये हा फरक स्वाभाविकतः असतो. कारण इतर आत्म्यांची जाणीव कोणत्या तरी प्रकारच्या संस्कारांनी बद्ध असते. पण **आत्मज्ञानी आत्म्यांची जाणीव सर्व संस्कारांपासून मुक्त असते.** जाणिवेवरील सर्व संस्कारांचें आवरण पूर्णपणें नाहीसें होऊन ती सर्व संस्कारांपासून मुक्त झाल्यानंतरच विश्वात्म्याची स्वतःचें ज्ञान करून घेण्याची आरंभींची मूळ इच्छा पूर्णपणें सफल होते; व परमात्म्याची अनंतता व अपरिछिन्न ऐक्य ह्यांचा जाणीवपूर्वक अनुभव येतो. म्हणूनच **संस्कार काढून टाकून मनाला अवस्थारहित करणें हें कार्य अत्यंत महत्त्वाचें आहे.**

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

संस्कारनाश

(भाग १ ला)

संस्कारनिर्मिति थांबविणें व तें क्षीण करून उकलणें

(संस्कारांची नवनिर्मिति थांबविणें— त्यांचा शक्तिभंग करणें— आणि त्यांना उकलणें)

संस्कार अज्ञानास विरोध करतात:—मनुष्य प्राण्यांना आत्मज्ञान नसतें, कारण त्यांची जाणीव संस्कारांनी (म्हणजे मागील अनुभवांच्या ठशांनी) वेष्टित असते.

उत्क्रांतीला प्रारंभ होण्याचे कारण काय ? विश्वात्म्याची स्वत:स जाणण्याची इच्छा. ह्या इच्छेच्या शक्तीमुळे उत्क्रांति संपल्यावर मनुष्ययोनींत जाणीव पूर्णपणें विकसित होते. परंतु ह्या जाणिवला विश्वात्म्याचें ज्ञान नसतें, कारण ह्या जाणिवेंत विश्वात्म्याच्या खऱ्या स्वरूपाचा अनुभव करून घ्यावा अशी प्रवृत्ति होत नाही. उलट ह्या जाणिवेच्या योगाने संस्कारांचा उपभोग घ्यावा अशीच जीवात्म्याची प्रवृत्ति असते. संस्कारांचे अनुभव घेत आल्यामुळे आपण मर्यादित शरीरच आहों ह्या भ्रमाचें उल्लंघन जीवात्म्याला करतां येत नाही. ह्या शरीराच्या सहाय्याने तो पदार्थ व लोक ह्यांनी व्यापलेल्या जगांत व्यवहार करीत राहतो.

सस्कारांतून सुटका करून घेण्याचा प्रश्न:—जीवात्मे हे महासागरांतील बिंदूप्रमाणे होत. महासागरांतील प्रत्येक बिंदूचे

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

आधारभूत महासागराशीं ऐक्यच असतें. त्याचप्रमाणे, भ्रमामुळे जीवत्व मानलें असलें तरी प्रत्येक आत्मा विश्वात्माच आहे; आणि विश्वात्म्याहून तो खरोखर निराळा होत नाही. ही वस्तुस्थिति आहे; **तरी संस्कारांचें आवरण जाणिवेला आत्मज्ञान होऊं देत नाही, उलट तिला मायेच्या किंवा द्वैताच्या क्षेत्रांत दडपून ठेवते.** आपण विश्वात्माच आहोंत, ब्रह्म व आत्मा यांचें ऐक्य आहे, असा जाणीवपूर्वक अनुभव येण्यासाठी काय केलें पाहिजे? **जाणिवेला कायम ठेवून संस्कार मात्र पूर्णपणें काढून टाकले पाहिजेत. संस्कारामुळे जाणिवेंत उत्क्रांति होत जाते ही गोष्ट खरी; पण जाणिवेचा पूर्ण विकास झाल्यावर हेच संस्कार विश्वात्माच्या स्वरूपाचा अनुभव घेण्याचे कामीं विघ्न होऊन बसतात.** ह्यापुढे जाणिवेची अधिक उत्क्रांति करण्याचा प्रश्न शिल्लक राहत नाही; परंतु संस्कारांतून जाणिवेची सोडवणूक करणें हा अत्यंत महत्त्वाचा प्रश्न पुढे दत्त म्हणून उभा राहतो.

संस्कारांपासून मुक्तता खाली दिलेल्या पांच प्रकारांनी करतां येते:—

(१) नवीन संस्कार निर्माण होणें बंद करणें:—नवीन नवीन संस्कार उत्पन्न करण्याचें जें अव्याहत कार्य चालू असतें तें साफ बंद करावें. संस्कारांच्या उत्पत्तीला काडीभोवतीं सूत गुंडाळण्याची उपमा दिली तर, ही क्रीया म्हणजे अधिक सूत गुंडाळण्याचें काम बंद करण्यासारखी आहे.

(२) जुने संस्कार झिजविणें किंवा त्यांचा शक्तिभंग करणें:—संस्कारांना कृतींत किंवा अनुभवांत व्यक्त करण्याचें

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

काम बंद केलें म्हणजे त्यांची शक्ति हळूहळू क्षीण होत जाते; म्हणजे दृष्टांतांतील दोऱ्याला जागचे जागींच झिजविल्यासारखें होतें.

(३) **मागील संस्कार उकलणें**:—संस्कार ज्या कृतीने उत्पन्न होत जातात तिच्या उलट कृति केली म्हणजे त्या योगाने मागील संस्कार नाहीसे होतात. हे दृष्टांतांतील सूत उकलण्यासारखें आहे.

(४) **संस्कारांना विरल करणें किंवा थकविणें**:—**संस्कारांत अडकून पडलेली मानसिक शक्ति दुसऱ्या योग्य मार्गाने खर्च केली** म्हणजे संस्कारांचा निरोध होतो व ते विरल होऊन दुर्बल होतात. असे संस्कार लवकर नाहीसे होऊं शकतात.

(५) **संस्कार साफ नष्ट करणें**:—ह्या कृतींत संस्कार साफ नष्ट होतात. दृष्टांतांतील सूत कातरीने कापण्यासारखें ही कृति आहे. **संस्कार नष्ट करण्याचें अखेरचें कार्य केवळ सद्गुरूच्या कृपेनेच साध्य होऊं शकतें.** सद्गुरु संस्कार नष्ट करण्याकरतां ज्या निरनिराळ्या युक्त्या प्रत्यक्ष उपयोगांत आणतात त्यांचे फायदे अनेक आहेत. वरील पांच प्रकारांतच त्या सर्वांचा समावेश होत नाही. संस्कारांचा नाश होत असतांना मनोव्यापारांत दिसून येणाऱ्या निरनिराळ्या प्रक्रियांचा त्यांत समावेश होतो. सोयीकरितां ह्या लेखांत पहिल्या तीन प्रकारांचा विचार करूं. बाकीचे दोन प्रकार पुढील लेखांत सांगितले जातील.

त्याग:—सतत जमत असलेल्या संस्कारांपासून मन सोडविण्याकरतां नव्या संस्कारांची उत्पत्ति साफ बंद करणें अतिशय

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

आवश्यक आहे. **संस्कारांची नवी वाढ त्यागाचे योगाने थांबवितां येते. त्याग हा बाह्य अथवा आंतरिक अशा दोन प्रकारचा असतो.** बाह्य किंवा पदार्थविषयक त्याग म्हणजे घर, आईबाप, पत्नि, मुलेंबाळें, मित्र, धन, सुखसोयी आणि स्थूल भोग ह्यासारख्या मनाला मोहित करणाऱ्या विषयांचा त्याग करणें. आंतरिक किंवा मानसिक त्याग म्हणजे मनाच्या तृष्णांचा विशेषें करून वैषयिक पदार्थांच्या तृष्णेचा त्याग करणें. जरी केवळ बाह्य त्याग केल्याने आंतरिक त्याग प्राप्त होतोच असें नाही तरी बाह्य त्यागाने आंतरिक त्यागाचा मार्ग सुलभ होतो. **आध्यात्मिक स्वातंत्र्य बाह्य त्यागांत नसून आंतरिक त्यागांतच असतें, परंतु आंतरिक त्याग साधण्याकरतां बाह्य त्यागाची बरीच मदत होते.** आपल्या मालकीच्या पदार्थांच्या त्यागाने मनुष्य त्यांच्याविषयींचा आपला सर्व वर्तमान, भूत व भविष्य संबंध तोडून टाकतो. ह्याचा परिणाम असा होतो की त्याग केलेल्या वस्तूंपासून पुढे नवीन संस्कार उत्पन्न होत नाहीत. नवीन संस्कार उत्पन्न करणें साफ बंद केल्याने मनुष्याची आत्ममोचनाच्या मार्गांत एक प्रकारची महत्त्वाची प्रगति होते. बाह्य त्यागाने केवळ एवढेंच कार्य होतें असें नाही. **प्रत्येक बाह्य वस्तूच्या त्यागामुळे मनुष्य त्या वस्तूशीं असलेला स्वतःचा पूर्वीचा संबंध तोडून टाकतो.** आपल्या मालकीच्या वस्तूंविषयींचे त्याचे जुने संस्कार मनांत व्यक्त होत नाहीत व **त्यांना व्यक्त होण्यास प्रतिबंध झाल्यामुळे ते क्षीण होतात.** बहुतेक पुरुषांमध्ये बाह्य त्यागाच्या योगाने संस्कार क्षीण होण्याकरतां अनुकूल वातावरण उत्पन्न होत असतें.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

धन आणि सत्ता यांनी संपन्न असलेल्या मनुष्याला अनावर मोह आणि उधळेपणा यांना बळी पडण्याची भीति असते. त्यांची परिस्थिति मोहाला वश होण्यास अनुकूल असते. **भोवतालची परिस्थिति ज्या प्रकारच्या जीवनाला पोषक असेल त्याप्रमाणे मनुष्य बहुधा आचरण करीत असतो. मनुष्य आपल्या परिस्थितीशीं झगडून त्यांतून पार पडेल किंवा नाही हें त्याच्या अंतर्गत शक्तीवर अवलंबून असतें.** त्याच्यांत पुरेसें सामर्थ्य असेल तर तो आपल्या परिस्थितीशीं झगडत असतांनासुद्धा आपले विचार आणि आचरण ह्यांच्या बाबतींत आपलें स्वातंत्र्य कायम ठेवतो. तो दुर्बल असेल तर परिस्थितीला बळी पडतो. तो समर्थ असला तरी सामुदायिक विचार आणि जीवन यांच्या जोराच्या लाटांबरोबर तो वाहून जाण्याचा संभव असतो. **प्रचलित विचारसरणीशीं टक्कर देणें आणि परिस्थितीला बळी पडण्याचा मोह आवरणें हें कठीण कार्य आहे.** परिस्थितीशीं टक्कर देण्याचें मनांत आणलें तरी सामुदायिक मनोविकारांच्या जबरदस्त लाटेने वाहून जाण्याचा संभव असतो. तेच मनोविकार दृढ होऊन बसतात. व त्या विकारांचा त्याग करण्याला मनुष्य असमर्थ होतो. परंतु परिस्थितीशीं प्रतिकार करून त्यांतून पार पडणें जरी कठीण असलें तरी त्यांतून पळवाट काढणें सोपें असतें. मोह आणि सुखसोयी ह्यांचा व्याप नसला तर पुष्कळ लोक आपलें आयुष्य पवित्र, सरळ आणि निष्कपटपणाने घालवितील. **अनावश्यक वस्तूंच्या त्यागाने** संस्कार क्षीण होण्यास फार मदत होते व आत्मस्वातंत्र्याच्या जीवनाचा लाभ होतो.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

एकांत आणि लंघन:—विशेष आध्यात्मिक फायद्याचे असे बाह्य त्यागाचे दोन महत्त्वाचे प्रकार आहेत; पहिला एकांत आणि दुसरा लंघन. **लोकसमूहांत राहण्याची स्वाभाविक इच्छा मनुष्यांत नेहमी प्रबळ असते म्हणून ह्या संबंधींचे संस्कार क्षीण करण्यासाठी** जीवनाच्या सांसारिक उपाधींचा संग सोडून वेळोवेळीं **एकांतांत राहणें हा चांगला उपाय आहे**. परंतु एकांतवास हें कांही ध्येय नव्हे. एकांतवासाप्रमाणेच लंघनालाहि अध्यात्मदृष्टया फार महत्त्व आहे. आहार हा एक प्रकारचा भोग होय; आणि लंघन हा त्याग होय. खाण्यामुळे मिळणाऱ्या सुखाविषयींची वासना असतांनासुद्धा अन्न न खाणें हें उपोषणाचें स्थूल स्वरूप आहे; आणि सुख व आसक्ति ह्या विषयींची कल्पना न बाळगतां केवळ शरीररक्षणाच्या दृष्टीने अन्न सेवन करणें हें लंघनाचें सूक्ष्म किंवा मानसिक स्वरूप होय. **मानसिक लंघन साधण्यासाठी अन्नाला प्रत्यक्ष स्पर्श न करण्याचें बाह्य लंघन करावें लागतें**. अन्न ही जीवनाची प्रत्यक्ष महत्त्वाची बाब आहे. त्याचा निरंतर त्याग केल्याने आरोग्यास अपाय होणारच. म्हणून **बाह्य लंघन ठराविक वेळीं व थोडया वेळापुरतेंच करणें चांगलें.** अन्न खाण्याची वासना पूर्णपणें जिंकली जाईपर्यंत बाह्य लंघनाची जरूरी असते. **शारीरिक व मानसिक अशा सर्व शक्ती एकवटूनच अन्नाची वासना रोखली जाते** व अशा रीतीने अन्नाच्या आसक्तीपासून मनाला सोडवितां येतें. स्वतःचें स्तोम माजविण्याच्या किंवा शरीरस्वास्थ्य संपादन करण्याच्या उद्देशाने बाह्य लंघन केलें तर त्यास आध्यात्मिक महत्त्व मुळीच नसतें. आत्मप्रौढीचें साधन

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

२११८० 20 क/२३
२८.२.२०१२
Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ह्या दृष्टीने लंघनाचा उपयोग करूं नये. **त्याचप्रमाणे शरीराचा सापळा होईपर्यन्तही लंघनाची पराकाष्ठा करूं नये.** दीर्घकाल लंघन करून छळ करण्याने अन्नाची वासना नाहीशी होतेच असें नाही. उलट त्या योगाने अन्नाची वासना वाढण्याच्या प्रतिक्रियेला जोर येण्याचा संभव असतो. परंतु, **नियमितपणाने व आध्यात्मिक दृष्टीने बाह्य लंघन केल्यास त्या योगाने सूक्ष्म किंवा मानसिक लंघनरूपी विजय प्राप्त होण्यास फार मदत होते** आणि अशा प्रकारें विश्वासाने आणि अंतःकरणपूर्वक बाह्य व मानसिक लंघन करीत गेल्याने अखेरीस अन्नाच्या वासनेचे संस्कार उकलले जाऊन क्षीण होतात.

प्रायश्चित्तः— प्रायश्चित्ताच्या योगाने दुसरे बरेच संस्कार उकलणें शक्य असतें. आपल्या हातून कांही वाईट कृत्य घडलें असें कळल्यानंतर मनुष्याला जें वाईट वाटतें त्याबद्दल खेद प्रदर्शित करणें ह्याची प्रायश्चित्तांत गणना केली जाते. **आपण केलेल्या वाईट कर्मांची आठवण करून त्याबद्दल आपला तिरस्कार व्यक्त करणें ह्याला पश्चात्ताप म्हणतात.** पश्चात्ताप व्यक्त करण्याचे खालील तीन मार्ग आहेतः—

(१) ज्या कर्मांच्या योगाने तो उद्भवतो त्या सर्व कर्मांबद्दल व परिस्थितीबद्दल सावध राहून त्याची आठवण ठेवणें, (२) मनोविकार जोरांत असतांना त्यांचे घाव सहन करणें व (३) मागे केलेल्या कृत्यांचें अत्यंत तिरस्काराने व खेदाने स्मरण करणें. अशा प्रायश्चित्ताचे योगाने वाईट कर्माने झालेले संस्कार उकलले जातात. क्रोध, मोह आणि लोभ यापासून उत्पन्न होणारे संस्कार

पुस्तकालय
CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar
गुरुकुल कांगड़ी

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

त्याविषयीं खेद करून स्वतःचा त्याबद्दल तिरस्कार करीत गेल्याने क्षीण होऊं शकतात. क्रोध, मोह किंवा लोभ यांना बळी पडून कोणी दुसऱ्यावर मोठा अन्याय केला असें समजा. ह्याचा प्रत्याघात पुढे केव्हा तरी होतोच व त्यामुळे त्याचें मन त्याला टोचतें आणि त्याला फार खेद होतो. जर अशा वेळीं **आपण केलेल्या अन्यायाची व दुष्कर्माची चांगली आठवण झाली, तर त्याला खेद होऊन स्वतःविषयींच्या तिरस्काराच्या अग्नींत ते संस्कार क्षीण होतात.** कधी कधी स्वतःला खजील करण्याच्या निरनिराळ्या मार्गांनी स्वतःविषयींचा तिरस्कार तो व्यक्त करीत असतो. कांही साधू पश्चात्तापाच्या भरांत आपल्या देहाला जखमा करतात. परंतु **साधारणतः असले अघोरी उपाय पश्चात्ताप व्यक्त करण्याचें साधन म्हणून उपयोगांत मुळीच आणूं नयेत.** कांही हिंदू साधक अंगीं लीनता आणण्यासाठी आपल्याला जो जो भेटेल त्याला साष्टांग नमस्कार घालण्याचें व्रत करतात. निश्चयी व दृढ स्वभावाचा मनुष्य स्वतःचा पाण-उतारा करीत जाऊन पश्चात्तापापासून साध्य होणारें फळ मिळवूं शकतो. कारण त्या योगाने चांगल्या व वाईट कर्मांचे संस्कार उकलले जाऊन नाश पावतात. ज्यांची इच्छाशक्ति स्वभावतः दुर्बल असते अशा दुसऱ्या लोकांना योग्य व सहानुभूतीचें मार्ग-दर्शन असलें तर त्यांनाही प्रायश्चित्तापासून लाभ होतो. प्रायश्चित्ताचा अभ्यास काळजीपूर्वक केला म्हणजे वाईट विचार करण्याची मानसिक प्रवृत्ति नाहीशी होते व मनुष्याला पवित्र आणि सेवाधर्माच्या जीवनाची प्राप्ती होते. येथे लक्षांत ठेवण्या-

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

सारखी गोष्ट हीच आहे की 'पश्चात्ताप' ह्या साधनाचा अभ्यास करीत असतांना, वाईट कृत्यें केल्याबद्दल फार वेळ तीच गोष्ट मनांत राहण्याचा संभव आहे व त्याच्या योगाने क्षुल्लक गोष्टीं-बद्दल रडगाणें करण्याची रोगट सवय लागण्याचा धोका आहे. मनाच्या अशा फाजील विकारामुळे पुष्कळदा मानसिक शक्तीचा अपव्यय होतो व त्यामुळे संस्कार क्षीण होण्यास कोणत्याही प्रकारची मदत होत नाही. त्याचप्रमाणे नित्यक्रमांतील दोषांबद्दल दररोज पश्चात्ताप करीत सुटणें हाही प्रायश्चित्ताचा मार्ग नव्हे. प्रायश्चित्ताच्या द्वारा आपल्या दोषांचें उदास व दीर्घ चिंतन करण्याची त्रासदायक सवय लावून घेवूं नये. **वाईट कृत्यें केल्याबद्दल असीम दुःख किंवा खेद उराशीं बाळगीत बसणें ह्याला कांही खरें प्रायश्चित्त म्हणत नाहीत; तर ज्याच्या-पासून खेद उत्पन्न होतो अशीं वाईट कर्में न करण्याचा निश्चय दृढ करीत जाणें हेंच प्रायश्चित्ताचें खरें स्वरूप आहे.** पण ह्यामुळे, स्वाभिमान किंवा आत्मविश्वास ह्यांना जर कमीपणा येत असेल तर कुकर्माची पुनरावृत्ति न होऊं देण्याचें जें कार्य, तें साधेलच असें म्हणतां येणार नाही.

इच्छा तृप्त करण्यास विरोधः—वासनातृप्तीचा निरोध केल्यानेही संस्कार क्षीण होतात व उकलले जातात. वासनेचा त्याग करण्याची शक्ति व प्रवृत्ति लोकांत निरनिराळ्या प्रमाणांत असते. ज्या मनुष्यांत वासनेचा वेग फार तीव्र असतो ते वासना मुळांतच दाबूं शकत नाहीत; परंतु वासना कृतींत उतरवून तिला तृप्त न करणें त्यांना शक्य असतें. वासना उत्पन्न होऊं देण्यावर जरी मनुष्याचा ताबा नसला तरी त्या तृप्त करण्याला ते

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

विरोध करूं शकतात. कर्माचा निरोध करून वासनेचा त्याग केल्याने पुढील वासनांचें बीज पेरलें जात नाही. वासना प्रत्यक्ष कृतींत उतरविली म्हणजे कांही संस्कार संपून जातात; परंतु त्याबरोबरच वासनातृप्तीमुळे संस्कार उत्पन्न होऊन पुढील वासनांचें बीज पेरलें जातें व पुन्हा ती वासना तृप्त करण्याचा प्रसंग ओढवतो. वासना व्यक्त करून त्यांची तृप्ति करीत जाण्याच्या क्रमाने संस्कारांपासून सुटका होत नाही. वासना उत्पन्न झाल्यावर त्यांना तृप्त करण्याच्या प्रवृत्तीचा विरोध केला म्हणजे मनामध्ये वासना-विरोधी शक्ति उत्पन्न होते व त्यामुळे वासनाविषयक संस्कार क्षीण होतात. तरी असल्या वासनाक्षोभांत जर मनुष्याने मनांतील आंतरिक इच्छा कायम ठेवण्याचा यत्न केला तर संस्कार नाहीसें करण्याचें इच्छित कार्य साध्य होत नाही. **मनांत इच्छा बाळगण्याचा जर बुद्धिपुरःसर प्रयत्न केला तर** अशा मनांतील संस्कारांच्या संघर्षाला फारसें आध्यात्मिक महत्त्व नाही. उलट त्यामुळे सूक्ष्म संस्कार उत्पन्न होतात. जाणिवेमध्ये मनांतील वासनांचा जो खेळ होतो, त्याला बुद्धिपुरःसर आश्रय देऊं नये. त्याचप्रमाणे अशा वासनांची आठवण ठेवण्याचा प्रयत्नही करूं नये. **वासना व्यक्त आणि तृप्त होण्यास विरोध करून त्यांना त्यागात्मक जाणीवेच्या प्रखर अग्नींत घातलें म्हणजे त्या वासनांचें बीज साफ जळून जातें.** वासनांचा त्याग करून त्यांना कृतींत उतरूं न देण्याचा प्रयत्न करीत गेल्याने कांही काळानंतर स्वाभाविकपणें आपोआप पूर्वींचे संस्कार नाहीसे होतात.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

निरिच्छताः—वासनांचा त्याग करीत जाणें ही निरिच्छ स्थितीची तयारी होय; आणि अशा निरिच्छतेपासूनच खरी मुक्ति प्राप्त होऊं शकते. इच्छा तृप्त होवो अथवा न होवो, तें बंधनच होय. इच्छा तृप्त केली तर त्यामुळे पुन्हा इच्छा उत्पन्न होते व अशा रीतीने आत्म्याचें बंधन कायम राहतें व ती तृप्त झाली नाही तर त्यापासून दुःख व निराशा उत्पन्न होऊन तो संस्कार सुद्धा आपल्यापरीने आत्म्याला बंधनांत ठेवतो. इच्छेला अंत नसतो; कारण, मनाच्या वस्तुजन्य व संस्कारजन्य प्रवृत्ती त्याला कोणत्या तरी वस्तूबद्दल इच्छा द्वेष उत्पन्न करतात. द्वेष हे इच्छेचेंच उलट स्वरूप होय. शब्द, स्पर्श, रूप, रस आणि गंध ह्यांच्या वर्तमान काळांत होणाऱ्या आघातांमुळे उत्पन्न होणारी प्रवृत्ति ही वस्तुजन्य प्रवृत्ति होय. चालू आयुष्यामधील आठवणींमुळे होणारे मनांतील संस्कार व उत्क्रांतीच्या काळामध्ये जाणिवेने गोळा केलेले मनांतील सर्व संस्कार यांमुळे उत्पन्न होणारी प्रवृत्ति संस्कारजन्य प्रवृत्ति होय. वस्तुजन्य व संस्कारजन्य प्रवृत्ति कायम असतांना मनाला स्थिर व शांत ठेवण्याचा अभ्यास करीत गेलें म्हणजे तें मन निरिच्छ अवस्थेला पोचतें. प्रवृत्तिजन्य द्वंद्वांपलीकडे असलेल्या एकमेव सत्याखेरीज दुसऱ्या कोणत्याही वस्तूची इच्छा केली नाही तरच वासनांचे संस्कार उकलणें शक्य असतें.

निरिच्छता म्हणजे वासनांशीं 'नेति', 'नेति' ह्या वृत्तीने लढणें:—इच्छा ही मनाचा क्षोभ आहे; तर निरिच्छतेंत मनाची शांति आहे. सुख अथवा दुःख, आवड अथवा नावड ह्यांच्या सर्व प्रकारच्या प्रवृत्तींपासून कायमची सुटका केली तरच निरिच्छते-

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

पासून मिळणारी शांति टिकवितां येते. जगांतील सुखदु:खाचा कांही एक परिणाम न होऊं देतां शांत राहण्याची इच्छा असली तर त्यासाठी **मनाला वस्तुजन्य व संस्कारजन्य प्रवृत्तींपासून पूर्णपणें मोकळें केलें पाहिजे.** मन जरी स्वत:च्या विधायक सूचनांच्या मदतीने ह्या प्रवृत्तींपासून सतत आपला बचाव करीत असलें, तरी एकादे वेळेस बाह्य व मानसिक परिस्थितीरूपी महासागराच्या आकस्मिक लाटेमुळे मनाचा आधारस्तंभ वाहून जाण्याचा संभव असतो. असें झालें म्हणजे त्या वेळेपुरतें तुम्ही अगदी साफ वाहवून जाल. अनासक्तीची वृत्तीच तुमचें संरक्षण करूं शकते. ही वृत्ति म्हणजे **'नेति', 'नेति' (जें खरें तें हें नव्हे) ह्या तत्त्वाचा उपयोग** करणें होय. संकुचित अनुभव देणाऱ्या द्वंद्वाच्या मोहापासून काळजीपूर्वक अलग राहण्याचा सतत प्रयत्न करणें ह्यांतच वरील 'नेति', 'नेति' या तत्त्वाचा समावेश होतो. **अनुकूल परिस्थितीबद्दलची अंतस्थ आसक्ति कायम असे-पावेतों मनुष्य प्रतिकूल परिस्थितीपासून अलिप्त राहूं शकत नाही.** द्वंद्वाचे आघात होत असतांनाही मनाला स्थिर ठेवावयाचें असल्यास आसक्ति किंवा मोह यांच्या आहारीं पडून त्यांना अंतस्थ आश्रय देतां येणार नाही. अनुकूल व प्रतिकूल अशा दोन्ही प्रकारच्या परिस्थितींपासून मन पूर्णपणें अलिप्त ठेवलें म्हणजे समस्थिति प्राप्त होते.

सन्यासाच्या निरनिराळ्या प्रकारांत 'नेति' 'नेति' ची मर्यादा:—'पाहिजे' 'पाहिजे' ह्या अर्थी जे वासनात्मक संस्कार असतात त्यांचा नाश करण्यास 'नको' 'नको' ह्या अर्थाच्या त्यागात्मक संस्कारांचाच उपयोग होऊं शकतो. त्याग, एकांत

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

लंघन, प्रायश्चित्त, वासनातृप्तीवर ताबा, नैराश्यता वगैरे प्रकारांनी व्यक्त होणाऱ्या विरक्तपणाच्या सर्व स्वरूपांत हें नकारात्मक मूलतत्त्व जरूर आढळून येतें. त्या सर्व पद्धतीच्या आणि वृत्तीच्या उत्कृष्ट मिश्रणाच्या योगानें सर्वांगीण व सुंदर असा विरक्तपणा अनायासें सहज उत्पन्न होतो. परंतु हें सर्व खात्रीपूर्वक साध्य होण्यास त्यांतील त्यागात्मक घटक कृत्रिम व जबरीनें उत्पन्न केलेला नको; तर तो स्वयंस्फूर्त व स्वाभाविक असला पाहिजे.

मनाला जबरदस्तीनें विरक्तीच्या मार्गाला लावण्याचा प्रयत्न करण्यांत कांही फायदा नाही. जीवनाला जबरदस्तीनें विरक्तीचें वळण दिल्यास कांही चांगल्या गुणांच्या विकासांत अडथळा येण्याचा संभव असतो. मनुष्याला स्वतःच्या स्वभावांतील चांगल्या गुणांची स्वाभाविक व हळूहळू वाढ करण्याची संधि दिली म्हणजे त्यामुळे जगांतील अनुभवांचें तुलनात्मक महत्त्व ओळखण्याचें ज्ञान त्याला मिळतें; व ह्या ज्ञानामुळे वैराग्यपूर्ण व स्वयंस्फूर्त जीवनाचा रस्ता मोकळा होतो. परंतु वैराग्यपूर्ण जीवनांत प्रवेश करण्याकरतां अनाठायीं घाई केली किंवा मनावर सक्ति केली तर त्यामुळे मनांत प्रतिक्रिया (reaction) उत्पन्न होते.

कांही प्रकारच्या आसक्तींपासून सुटका करून घेण्याची क्रिया चालू असतांना त्याबरोबरच दुसऱ्या कांही नवीन प्रकारची आसक्ति उत्पन्न होत असते. आसक्तीचे अति स्थूल स्वरूप म्हटलें म्हणजे जगांतील पदार्थांविषयींची आसक्ति हें होय. वस्तुविषयक जगांतून मनाची आसक्ति काढून टाकण्याचा प्रयत्न चालू असतांना कर्तृविषयक सूक्ष्म आसक्ति उत्पन्न होते. मनाला

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

कांही प्रमाणांत आसक्ति कमी करण्यांत यश आलें की 'आपण इतरांहून निराळे व श्रेष्ठ आहोंत' अशी सूक्ष्म प्रकारची अहंता मनांत आपोआप वाढते. अहंकाराला चिकटून बसणाऱ्या अनासक्तीला कोणत्याही प्रकारचा आश्रय मिळूं देऊं नये.

तसेंच अनासक्ति म्हणजे **संसारांतील जीवनाच्या सुख-दुःखांना टक्कर देण्याची असमर्थता नव्हे.** शुद्ध व अनंत अशा जीवनास प्रतिबंध करणाऱ्या वस्तूंचा त्याग, पवित्र, ज्ञानपूर्ण व सामर्थ्यवान दृष्टीच्या जोरावर करणें उत्तम असतें. जीवनांतील धडपडीला तोंड देण्याच्या असमर्थतेमुळे वस्तूंचा त्याग करणें ठीक नाही. त्याचप्रमाणे केवळ 'नेति' 'नेति' ह्या पद्धतीला चिकटून राहण्यासच अनासक्ति म्हणतां येत नाही; कारण त्यामुळे आत्म-ज्ञानाची उत्कंठा तर वाढतच नाही, परंतु अनासक्ति हा एक मनाचा विकार होऊन बसतो. ह्या केवळ **नकारात्मक** पद्धतीच्या आस्थेबरोबरच कित्येक वेळां मनांत विषयांचा अंतस्थ मोह असतो. **अनासक्ति ही मनुष्याच्या स्वभावाचा अंगभूत घटक जेव्हा बनून जाते तेव्हाच ती पूर्ण व हार्दिक होऊं शकते.**

आत्मज्ञान होण्यापूर्वी नकारात्मक संस्कार ही नाहीसे करावे लागतात. उत्क्रांतीच्या क्रमांत आणि मानवजन्मांत गोळा झालेले परिग्रहात्मक होकारात्मक संस्कार उकलण्याचा एकमेव मार्ग म्हटला म्हणजे 'नको', 'नको' हा त्यागात्मक नकाराचाच होय. परंतु ही क्रिया जरी होकारात्मक संस्कारांचा हटकून नाश करते तरी ह्यामुळे नकारात्मक संस्कार उत्पन्न होत जाऊन ते स्वतःच मनाला आपल्यापरीने बंधन घालतात; आणि याप्रकारें नवीनच एक

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अडचण पुढे उपस्थित करतात. **नकारात्मक त्याग हा सर्व प्रकारच्या स्थूल, सूक्ष्म व मनोमय संस्कारांचें पूर्ण उन्मूलन करण्याला पुरेसा बलवान असावा लागतो. परंतु नकारात्मक त्यागाचें हें कार्य संपल्यानंतर त्याचाही अखेर त्याग करावा लागतो.** केवळ नकारात्मक त्यागही कांही आध्यात्मिक अनुभवाची पूर्णता नव्हे. आध्यात्मिक पूर्णतेला असें नकारात्मक स्वरूप देणें म्हणजे तिला मनोमय कल्पनेने संकुचित करणें होय. ह्या नकारात्मक पद्धतीचा उपयोग मनाभोवतालचें संस्काररूपी आवरण दूर करण्यासाठी केला जातो. परंतु जीवनाचें ध्येय गाठण्याचे अगोदर ह्या नकारात्मक पद्धतीचाही त्याग केला पाहिजे. **विचारांच्या योगाने आपल्याभोवतीं ज्या मर्यादा व बंध निर्माण होतात त्यांच्यांतून बाहेर पडण्यास विचारांचाच उपयोग करणें भाग पडतें व असें केल्यावर त्याही विचारांचा त्याग करावा लागतो.** वासना ह्या आपणाहून निराळ्या आहेत हें जाणल्याने **मनाच्या पलीकडे** जाणें शक्य असतें. **शरीर व त्याचप्रमाणे कल्पना व क्षुद्र वासना ह्या आपल्याहून निराळ्या आहेत हें पूर्ण ओळखून त्यांच्याविषयीं तशी निराळेपणाची दृष्टि ठेवत गेल्याने अनासक्तीच्या सुखाचा अनुभव येतो व संस्कार नाश पावतात.** म्हणजे आत्मा **'मी स्थूल शरीर आहें'**, 'मी वासनात्मक सूक्ष्म शरीर आहें' किंवा 'मी मन आहें' ह्या स्वकल्पित भ्रमांतून पार पडतो; आणि 'मी परमात्मा आहें', 'अहं ब्रह्मास्मि' 'अनेल हक्' ह्या आत्मज्ञानांत स्थिर होतो.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

संस्कारनाश

भाग २ रा

संस्कार विखरून संपविणें

मागील लेखांत संस्कार नाहीसे करण्याचे जे मार्ग सांगण्यांत आले ते होकारात्मक संस्कार नाहीसे करण्याच्या तत्त्वावर आधारलेले आहेत. हे होकारात्मक संस्कार सत्यावर आवरण घालतात; व म्हणूनच ज्या ध्येयासाठी विश्व उत्पन्न झालें तें आत्मज्ञानरूपी ध्येय साध्य होत नाही. होकारात्मक संस्कार नाहीसे करण्याचे हे सर्व मार्ग अखेर शरीराचे व मनाचे नियंत्रण ह्या पायावर रचलेले आहेत. शारीरिक कर्मावर नियंत्रण ठेवण्यापेक्षा सवयीमुळे बनलेल्या मनाच्या प्रवृत्तीवर नियंत्रण ठेवण्याचें काम फारच कठीण असतें. मनाचे चंचल व बहुविध विचार व वासना यांचे नियंत्रण केवळ निरतिशय सहनशीलता व दीर्घ अभ्यास यांचे हव्यासानेच होऊं शकतें. नवीन संस्कारांची उत्पत्ति थांबविण्यासाठी व हे नवीन संस्कार ज्या जुन्या संस्कारांवर अवलंबून आहेत, ते जुने संस्कार क्षीण करण्यासाठी किंवा उकलण्यासाठी मानसिक क्रिया आणि प्रतिक्रिया या दोहोंवर नियंत्रण असणें आवश्यक आहे. सुरुवातीला हें नियंत्रण जरी कठिण वाटलें तरी मनापासून प्रयत्न केल्यास हळहळू त्यांची सवय होत जाऊन तें सुसाध्य होतें.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

जोंपर्यंत मन संस्कारांचा नाश करून स्वतःला उपाधिरहित करण्याचा प्रयत्न करीत असतें तोंपर्यंत हें नियंत्रण बुद्धिपुरस्सर व परिश्रमाचें असतें; परंतु, मनाची संस्कारांपासून सुटका झाल्यावर तेंच नियंत्रण स्वयंस्फूर्तीने होत असतें; कारण तेव्हा मन स्वतंत्र असून ज्ञानाने प्रकाशित असतें. हें नियंत्रण शीलाचें सामर्थ्य व मनाचें आरोग्य यांच्यापासून उत्पन्न होतें व अशा नियंत्रणाने मनुष्य निर्भय होऊन त्याला गाढ शांति प्राप्त होते. जें मन आपलें कार्य करीत असतांना स्वच्छंदी व अनियंत्रित दिसून येतें, तेंच मन नियंत्रण केल्यानंतर अफाट शक्तीचा उगम होतें. मानसिक शक्तीचा संचय होऊन तिचा निर्मायक कार्यांत मितव्यय करण्यासाठी नियंत्रण हें अत्यावश्यक आहे.

अनुभवांचें महत्त्व ओळखून तदनुसार स्वतःला सुधरवीत जाणें:—परंतु नियंत्रण जर निरर्थक व केवळ यांत्रिक स्वरूपाचें असलें, तर मनमोकळेपणाने व अनिर्बंधपणें आपलें कार्य करूं शकत नाही. **वासना व कल्पना यांना यांत्रिक रीतीने दडपून टाकणाऱ्या संयमाला खरें आध्यात्मिक महत्त्व नसतें; तर जीवनांतील अनुभवपरंपरेंत प्रतीत होणारें स्वारस्य व अर्थपूर्णता** (positive values) **ह्यांच्या ज्ञानामुळे होणाऱ्या स्वाभाविक संयमालाच आध्यात्मिक महत्त्व असतें. म्हणून खरा संयम केवळ नकारात्मक नसतो.** जाणिवेला कांही गोष्टींचें निश्चयात्मक महत्त्व पटलें म्हणजे त्यामुळे त्या कृतींत उतरविण्याच्या उत्कंठेमुळे, मनांत इतकी तीव्र इच्छाशक्ति उत्पन्न होते की, तिजमुळे ह्या महत्त्वपूर्ण जीवनास विरोध करणाऱ्या मनाच्या सर्व

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

प्रवृत्ति पराभूत होतात. **या प्रकारें पावित्र्य, क्षमा आणि दया ह्या सद्गुणांचें जीवनामधील महत्त्व पटलें म्हणजे त्यांच्या विरुद्ध असलेल्या काम, मोह आणि क्रोध ह्या मनाच्या प्रवृत्ति नाहीशा होतात.**

एका विशिष्ट प्रकारच्या वासनांची व विचारांची मनाला सवय झाली म्हणजे पुढे जीं तद्विरुद्ध नवीन मूल्यें (value) त्याला पटतात तीं कृतींत उतरविणें मनाला सोपें जात नाही. पूर्वविचार व आचरण यांच्यामुळे मनांत एक प्रकारचें जाडय (Inertia) निर्माण होतें; आणि नवीन मूल्यें कृतींत उतरविण्याकरतां मनाला जें नवीन वळण द्यावें लागतें, त्यालाच आत्मसंयम म्हणतात. परंतु हा संयम यंत्रसम किंवा जबरदस्तीवर आधारलेला नसतो. **संयमाच्या द्वारा मन स्वतःमधील जडतेवर प्रभुत्व मिळविण्याचा प्रयत्न करीत असतें; व हा प्रयत्न निर्मायक स्वरूपाचा असतो, नकारात्मक नव्हे.** जीवनांतील खऱ्या महत्त्वाच्या गोष्टी आचरणांत आणण्यासाठी मन ह्या संयमाच्या द्वारें स्वतःस वळण लावण्याचा प्रयत्न करतें.

ध्येयोन्मुख परिवर्तन अथवा उदात्तीकरण (Sublimation) **क्रियेने जुने संस्कार नष्ट होतातः**—प्रत्येक व्यक्तींत ज्ञान हें कांही प्रमाणांत असतेंच व निर्मायक संयम ह्या ज्ञानावर अधिष्ठित असतो. संस्कारांच्या आवरणामुळे जरी आत्मज्ञानाला प्रतिबंध होत असला तरी साधारण मानवी जाणिवेंत देखील कांही तरी ज्ञानांश (सारासार विचार) असतोच. जाणिवेचा मार्गदर्शक असा ज्ञानकिरण म्हटला म्हणजे खरें महत्त्व कशाला आहे हें जाणण्याची शक्ति हाच होय. संस्कारांचें आवरण जसें कमीजास्त

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

दाट असेल, त्या मानाने हाच ज्ञानकिरण मनुष्याला मार्गदर्शक होतो. संस्कार नाहीसे होण्याची क्रिया, ही जीवनाचें खरें महत्त्व जाणण्याचीच क्रिया ठरते. याप्रमाणें आध्यात्मिक प्रगतीचीं दोन लक्षणें असतात. संस्कारजन्य खोटया मूल्यांचा (false values) त्याग करणें आणि त्याच्या ऐवजीं खऱ्या मूल्यांचा (true values) जाणिवेने स्वीकार करणें. कमी प्रतीच्या मूल्यांचा त्याग करून उच्च प्रतीच्या मूल्यांचा स्वीकार करीत जाण्याच्या क्रियेला ध्येयोन्मुख परिवर्तन किंवा उदात्तीकरण (sublimation) म्हणतात. आणि या ध्येयोन्मुख परिवर्तनामुळे जुन्या संस्कारांत अडकलेल्या मानसिक शक्तीचें निर्मायक आणि आध्यात्मिक ध्येयाकडे परावर्तन (उन्नयन) केलें जातें. संस्कारांत अडकलेल्या मानसिक शक्तीचें असें **उन्नयन** केलें म्हणजे संस्कार विरल होऊन त्यांचा क्षय होतो.

ध्येयोन्मुख परिवर्तन किंवा उदात्तीकरण फार हृदयंगम असतें:—हा उदात्तीकरणाचा उपाय जुन्या संस्कारांचीं बंधनें तोडण्याच्या कामीं अतिशय स्वाभाविक व गुणकारी आहे; व ह्या पद्धतीचा विशेष फायदा असा आहे की सर्व भूमिकांमध्ये साधकांना तो चित्तवेधक वाटतो. कांही एक फलनिष्पत्ति होत नसेल तर केवळ नकारात्मक पद्धति कित्येकदा त्रासदायक व अर्थशून्य भासते. परंतु ध्येयोन्मुख परिवर्तनामध्ये अल्प मूल्याचे जागीं उच्च मूल्य ठेवीत गेल्यामुळे प्रत्येक टप्प्यावर ही क्रिया पूर्णपणें मनोवेधक राहून सतत वाढत्या प्रमाणांत तृप्ति देत असते. मानसिक शक्तीचें अध्यात्ममार्गांत उदात्तीकरण घडविण्याच्या पुढील तीन पद्धति

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

आहेत. (१) ध्यान, (२) मानव जातीची निःस्वार्थ सेवा आणि (३) भक्ति.

ध्यानाचें स्वरूप व हेतु:—आपल्या उद्दिष्ट वस्तूवर चित्त एकाग्र करणें हें ध्यानाचें स्वरूप आहे. उद्दिष्ट वस्तूवरील ह्या चित्ताच्या केंद्रीकरणांत आत्म्यास केवळ आपल्या ध्यानांतील वस्तूची जाणीव असते आणि त्याला आपलें शरीर व मन ह्यांचा पूर्ण विसर पडतो व ह्याचा परिणाम असा होतो की नवे संस्कार उत्पन्न होणें बंद पडतें. उद्दिष्ट वस्तूवरील चित्ताच्या एकाग्रतेमुळे जुने संस्कार क्षीण व विरल होतात; व शेवटीं सर्व संस्कार नाहीसे झाले म्हणजे ध्यात्याचें पृथकत्व ध्यानाच्या तीव्रतेने लय पावतें व तो ध्यात वस्तूशीं एकरूप होतो.

ध्यानाचे निरनिराळे प्रकार:—निरनिराळ्या मनुष्यांच्या योग्यतेप्रमाणे ध्यानाचेही पुष्कळ प्रकार आहेत. ज्यांना फार श्रम करावे लागतात त्यांची कल्पनाशक्ति अतिश्रमामुळे बहुधा रुक्ष होऊन जाते. अशा मनुष्यांना ध्यानाचा उपयुक्त प्रकार असा की, त्यांनी विचार किंवा कल्पना यांच्याशीं आपलेपणाचा संबंध तोडून टाकावा आणि हे विचार व त्याचप्रमाणे शरीर हें आपणाहून निराळे आहेत, ह्या दृष्टीने त्यांचेकडे पहावे. अशा रीतीने आपले विचार व शरीर ह्यांविषयीं पूर्ण असंग दृष्टि दृढ करून घेण्यांत साधकाला यश आलें की मग त्यानंतर **'मी अनंत आहें', 'मी सर्वांमध्ये आहें', 'मी सर्वांतर्यामीं आहें' अशा प्रकारच्या विधायक सूचनांच्या ध्यानाने त्याने स्वतःचें विश्वात्म्याशीं असलेलें ऐक्य अनुभवण्याचा प्रयत्न करावा.** ज्यांची कल्पना

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

स्पष्ट असते त्यांनी एखाद्या बिंदूवर तीव्र ध्यान धरावें. परंतु ज्यांना तसें आवडत नसेल त्यांनी मनाला एखाद्या बिंदूवर रोखणें टाळावें हेंच बरें. साधारणत: मानसिक शक्ति निरनिराळ्या कल्पनांच्या द्वारें क्षय पावते; आणि म्हणून मनाला एकवटून स्थिर करण्यासाठी **बिंदूवर ध्यान** करणें फार फायदेशीर असतें. परंतु ही एक प्रकारची यंत्रवत् क्रिया असल्यामुळे त्यांत निर्मायक आणि आनंदमय अनुभवाची उणीव असते. तरी दुसऱ्या जास्त यशस्वी ध्यानाची पूर्वतयारी या दृष्टीने प्रथमावस्थेंत हें ध्यान करण्यास हरकत नाही.

परमेश्वराच्या सगुण व निर्गुण स्वरूपाचें ध्यान:— अधिक फायद्याचे व गहन असे जे ज्ञानाचे प्रकार आहेत ते घेण्यापूर्वी प्रियतम ईश्वराविषयीं विवेचनात्मक व व्यवस्थित विचार करणें आवश्यक आहे. ईश्वराचें ध्यान करणें हें आध्यात्मिक दृष्टया सर्वांत जास्त फायदेशीर आहे. परमेश्वराचें ध्यान दोन स्वरूपांत होऊं शकतें; निर्गुण स्वरूपांत व सगुण स्वरूपांत. परमेश्वराच्या निर्गुण स्वरूपाकडे ज्याची विशेष ओढ आहे अशा साधकांनाच निर्गुण ध्यान उपकारक होतें. परमेश्वराच्या अमूर्त आणि अव्यक्त अस्तित्वावर सर्व मनोव्यापार केंद्रित करणें हें निर्गुण ध्यान होय. ह्याच्या उलट, परमेश्वराची आकृति व त्याचें गुणवर्णन ह्यावरच मनाचे सर्व व्यापार केंद्रित करणें हें सगुण ध्यान होय. ध्यानापासून जास्त परिश्रम झाल्यास ध्येयवस्तु सोडून विश्रांतीसाठी, ध्यानाच्या काळीं अनुभविलेल्या अफाट शांतींतच मनाला स्थिर राहावेसें वाटतें. कल्पनाशक्ति थकली म्हणजे असे प्रसंग

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

स्वाभाविकपणेंच उद्भवतात. अनायासें येणाऱ्या अशा प्रसंगांचा फायदा घ्यावा.

ध्यानांतील विघ्नें:—ध्यानांत मनावर जबरदस्ती करूं नये. ध्यान स्वयंस्फूर्त असावें. दैवी प्रेरणेची उकळी आली असतां कल्पनेला मोकळें वावरूं द्यावें. ह्या कल्पनातरंगांचें फक्त केवळ परमात्म्याशीं ऐक्य पावण्यासाठीच जरूर तेव्हा नियंत्रण करावें; व ह्या कल्पनातरंगांत क्रोध, मोह किंवा लोभ ह्या विकारांना येऊं देऊं नये. ध्यानामध्ये यश क्रमाक्रमानेच येत असतें. पहिल्या प्रथम समाधानकारक यश येत नाही. म्हणून नवीन अभ्यास करणारांची निराशा होते. त्यांच्या अनुभवास येत असलेली ही निराशाच त्यांच्या ध्यानाच्या अभ्यासाच्या प्रारंभीं मोठें विघ्न होऊन बसते. आळशीपणा व आजारीपण ह्यांसारखीं दुसरीं विघ्नें सुद्धा दूर करणें कठीण जातें. परंतु, **दृढ अभ्यास व ठराविक आणि नियमित वेळीं ध्यान केल्याने हीं विघ्नें दूर होतात.** अगदी प्रातःकाळीं किंवा सूर्यास्ताच्या वेळीं असणारी निसर्गाची शांत स्थिति ध्यानाकरतां विशेष उपकारक असते; परंतु दुसऱ्या कोणत्याही सोईच्या वेळीं ध्यान करण्यास हरकत नाही.

ध्यानाच्या वेळीं एकांताचें महत्त्व:—ध्यानामध्ये यश मिळण्याच्या कामीं अत्यावश्यक असणाऱ्या गोष्टींपैकी एकांत ही एक होय. ह्या कल्पनानिर्मित जगतांत कल्पनांचे आकार व कल्पनांचे तरंग यांचें सतत एकमेकांत मिश्रण होत असतें. कांही बलवान कल्पनांच्या अंगीं मनास एकाकार करून त्याला जोरदार बनविण्याची शक्ति असते; तर कांही क्षुद्र कल्पना मनाला कमजोर बनवितात. कल्पनामय वातावरणांतील ह्या परस्परविरोधी कल्पनां-

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

कडे, मन एकतर ओढलें जातें किंवा त्यांच्यापासून दूर लोटलें जातें. म्हणून आपल्या ध्येयविषयक विचारांत स्थिर होण्यासाठी ह्या नानाविध कल्पनांच्या प्रभावापासून दूर राहणेंच इष्ट असतें व हें एकांतांत लवकर साध्य होतें. एकांतामध्ये मानसिक शक्तीचा मितव्यय होऊन चित्ताची एकाग्रता सुलभ होते. मनाला मोह पाडणारी किंवा नकोशी वाटणारी कोणतीही बाहेरची वस्तु नसल्यामुळे मनुष्य अंत:र्मुख होतो व अंत:करणरूपी दालन उघडून तो ज्यांत अफाट शांति, आनंद व शक्ति आहे अशा उच्च वातावरणाच्या प्रवाहाशीं संलग्न होण्याची कला शिकतो.

नि:स्वार्थ सेवा:—ईश्वराचें सगुण किंवा निर्गुण ध्यान चाललें असतां जाणीव अंत:करणाच्या पवित्र देवालयांत परत जाते. परंतु परमात्म्याच्या विश्वव्यापक स्वरूपावर चित्त एकाग्र करण्याचा एक उत्तम मार्ग म्हणजे मानवजातीची नि:स्वार्थ सेवा करणें हा होय. मानवजातीच्या सेवेंत जेव्हा आत्मा पूर्णपणें गुंतला जातो तेव्हा ध्यानावस्थेप्रमाणेच त्याला आपलें शरीर, मन व कर्म ह्यांचा पूर्ण विसर पडतो आणि नवे संस्कार तर उत्पन्न होतच नाहीत पण मनाला बंधन घालणारे जुने संस्कार खिळखिळे होऊन नाहीसे होतात. सेवावृत्तींत असतांना स्वार्थ सोडून आत्मा आपलें सर्व लक्ष व तळमळ दुसऱ्यांच्या हिताकडे वळवितो; व म्हणून अहंकाराची वाढ होण्याला मुळीच मदत होत नाही. बंधनकारक संस्कारांत अडकलेली शक्ति मोकळी करून तिला दुसऱ्या योग्य मार्गांत लावण्याच्या ज्या उत्तम पद्धती आहेत त्यांमध्ये नि:स्वार्थ सेवा ही एक होय.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

निःस्वार्थ सेवेचा अर्थः—स्वार्थ साधण्याचा किंचित्‌ही हेतु नसून सुखसोयींबद्दल अनासक्ति व स्वतःबद्दल गैरसमज होईल की काय याबद्दल पूर्ण निर्भय वृत्ति असली म्हणजे सेवेमध्ये यश येतें. तुम्ही परहित साधण्यांत पूर्णपणें गुंतला असतांना स्वतःचा विचार करण्यास अवसर मिळत नाही. आपल्या सुखसोयी आणि आरोग्य यांच्याकडे तुमचें लक्ष नसतें. इतरांच्या कल्याणाकरतां तुम्ही आपल्या सर्वस्वाचा त्याग करण्यास तयार असतां. त्यांचें सुख, ती तुमची सोय; त्यांचें आरोग्य, तो तुमचा आनंद; आणि त्यांचें सुख तें तुमचें समाधान होतें. त्यांच्यासाठी तुम्ही आपले प्राण सुद्धा अर्पण करण्यास तयार होतां. तुम्ही त्यांचें आश्रयस्थान होतां. अंतःकरणाचें खरें ऐक्य झालें असतां दुसऱ्या लोकांविषयीं तुमच्या अंतःकरणामध्ये आत्मीयता उत्पन्न होते. तुम्ही दिलेलें सहाय्य व तुमचे प्रेमाचे बोल ह्यांच्यामुळे त्यांची उणीव भरून येते आणि तुम्ही त्यांना जें देतां त्यापेक्षा जास्त मोबदला तुमच्या उपकारांचें स्मरण व तुमच्याविषयींची सदिच्छा ह्या रूपानें तुम्हाला त्यांच्याकडून मिळतो.

सेवेमुळे मिळणारें स्वातंत्र्य व समाधानः—अशा प्रकारें, **दुसऱ्यांच्या हितासाठी आपलें जीवन घालविल्याने तुमचें स्वतःचें जीवनक्षेत्र विस्तार पावतें.** निःस्वार्थ सेवेंत आपलें आयुष्य घालविणाऱ्या माणसाला आपण सेवा करीत असल्याची सुद्धा क्वचितच जाणीव असते. तो ज्यांची सेवा करतो, त्यांना आपण त्यांची सेवा करून त्यांच्यावर कोणता तरी उपकार करतों, असें वाटूं देत नाही. उलट आपणाला सेवा करण्याची संधि दिली

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

याबद्दल तो त्यांचेच उपकार मानतो. तो त्यांची सेवा करतो तें कांही नांव, कीर्ति किंवा स्वतःचें प्रस्थ ह्याकरितां नव्हे. स्वतःची सेवा करण्यापासून जें सुख त्याला मिळतें तेंच दुसऱ्याची सेवा करण्यानें त्याला मिळतें व असें होईल तेव्हाच निःस्वार्थ सेवा करण्यांत त्याला पूर्ण यश आलें असें समजावें. निःस्वार्थ सेवा मनुष्याला सत्ता, धनदौलतीची तृष्णा, स्वत्व, मत्सर किंवा स्वार्थमूलक दुष्कृत्यें यांच्यामुळे उत्पन्न होणाऱ्या संस्कारांपासून सोडविते.

प्रेमः—प्रेमनिर्मित उत्साह असला म्हणजे निःस्वार्थ सेवा आणि ध्यान हीं दोन्ही साधनें मनुष्य स्वयंस्फूर्तीने करतो. म्हणून परमात्म्याचा साक्षात्कार होण्यास अत्यंत महत्त्वाचें साधन ह्या दृष्टीने प्रेमाला जें महत्त्व दिलें जातें तें यथायोग्य आहे. प्रेमामुळे आत्मा परमप्रेमास्पद अशा परमेश्वरांत पूर्णपणें निमग्न होऊन आपल्या शरीराच्या व मनाच्या क्रियांपासून निवृत्त होतो. म्हणून प्रेमामुळे नवे संस्कार उत्पन्न होत नाहीत; जीवनाला अगदी नवें वळण लागून जुने संस्कार उकलले जातात. **प्रेमातिशयामध्ये जसा स्वतःचा विसर सहज व पूर्णपणें होतो, तसा दुसरा कशानेही होत नाही.** म्हणून जाणिवेला संस्कारांच्या बंधनांतून सोडविण्याचे जे उपाय आहेत त्या सर्वांमध्ये प्रेमाला **अग्रस्थान** दिलेलें आहे.

प्रेमाची पावनशक्तिः—मुक्तीच्या ध्येयाला पोचविणारीं जीं साधनें आहेत त्यांतील सर्व फायदे प्रेमांतही आहेत, इतकेंच नव्हे तर **प्रीतिपंथ हा सर्वश्रेष्ठ व शीघ्रफलदायी मार्ग आहे.** स्वार्थत्याग आणि आनंद हीं दोन्ही प्रेमांत आढळतात. प्रेमाचें

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

वैशिष्टय हेंच आहे की प्रेमामुळे मनुष्याची कोणत्याही गोष्टीची पर्वा न करतां आपलें सर्वस्व अर्पण करण्याची तयारी होते. म्हणून प्रेमामध्ये मानसिक शक्तीचा अपव्यय होण्यास मुळीच वाव न राहतां चित्तैकाग्र्य पूर्णपणें होतें. प्रेमामध्ये शारीरिक व मानसिक शक्ति परमेश्वरी कार्याकरतां एकवटल्या जातात; व त्यामुळे प्रेमांत अद्भुत सामर्थ्य असतें. खऱ्या प्रेमाची गोडीच इतकी असते की त्यांत दुसऱ्या कोणत्याही कल्पनेला थारा मिळत नाही म्हणून प्रेमामुळे मनोविकार नाहीसे होऊन जीवनांत पावित्र्य येतें हें अप्रतिम रीतीने आपल्या अनुभवास येतें.

सृष्टीमध्ये प्रेम सर्व ठिकाणीं आहे:—प्रेमामध्ये अस्वाभाविक किंवा कृत्रिम असें कांहीच नाही. तें उत्क्रांतीच्या प्रारंभापासून आहे. निरिंद्रिय (inorganic) अवस्थेंत तें स्नेहाकर्षण शक्ति किंवा गुरुत्वाकर्षण ह्या मूळ स्वरूपांत दिसून येतें. प्रेम ही स्वाभाविक शक्ति होय; व त्याच्या योगाने वस्तु एकत्रित केल्या जाऊन त्यांचें एकमेकांकडे आकर्षण होतें. आकाशस्थ ग्रहांची एकमेकांवरील गुरुत्वाकर्षणाची ओढ अशा प्रकारच्या प्रेमाचें एक स्वरूप होय. सेंद्रिय (organic) अवस्थेंत प्रेमाचें स्वरूप व स्वारस्य जाणिवेंत अधिक स्पष्टपणाने उतरत जातें; आणि अतिनिकृष्ट अशा सूक्ष्म जंतूपासून तों पूर्ण उत्क्रांत अशा मानवदेहधारी व्यक्तीपर्यंत प्रेम फार महत्त्वाचें कार्य करतें; व आत्मज्ञान झाल्यानंतर तर बुद्धिपुर:सर केलेल्या त्यागामुळे प्रेमाचें महत्त्व फारच वाढतें.

बुद्धिपुरस्सर केलेला त्याग म्हणजे प्रेमाचें व्यक्त स्वरूप होय:—प्रेमामुळे होणारा त्याग इतका पूर्ण व सहज

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

असतो की कशाचीही इच्छा न करतां आत्मा आपलें सर्वस्व देण्याला तयार होतो. जास्त दिल्याने आणखी जास्त देण्याची इच्छा होते; व आपण देत असल्याची त्याला तितकीच कमी जाणीव राहते. **प्रेमाचा प्रवाह कमी न होतां सतत वाढत्या प्रमाणांत चालू असतो. केवळ दातृत्व हेंच प्रेमाचें शुद्ध स्वरूप होय.** प्रियतमाच्या इच्छेप्रमाणें चालण्यांतच त्याचें सर्व लक्ष गुंतलेलें असतें व त्याकरतांच त्याचे सर्व प्रयत्न असतात. निराश न होता, भक्त सतत हजारो उपायांनी प्रियतमास प्रसन्न करण्याचा प्रयत्न करतो. प्रियतमाच्या आज्ञेचें पालन करून त्याला प्रसन्न करण्याकरतां, किंवा आपली बेपर्वाई अथवा हयगय ह्यामुळे त्याला दुःख होऊं नये म्हणून वाटेल ते कष्ट सोसण्याची प्रेमाची तयारी असते. प्रियतमासाठी भक्त आनंदाने मरणही पतकरेल. चिंताग्रस्त व यातनायुक्त असतांनासुद्धा आपल्या स्वतःच्या शरीराकडे लक्ष देण्यासही तो थांबत नाही; भक्त प्रियतमाशिवाय दुसऱ्या कोणत्याही वस्तूला ग्राह्य मानीत नाही; तर प्रियतम हाच सर्व आयुष्यांतील त्याच्या प्रेमाचा विषय असतो. बेफाम तळमळीमुळे अंतःकरणरूपी पर्वताचा स्फोट होऊन त्यापासून मधुर प्रेमाचा झरा सुरू होतो; व अखेरीस भक्त आपली सर्व बंधनें तोडून परमेश्वराशीं एकरूप होतो.

भक्तीच्या निरनिराळ्या पायऱ्याः—प्रेम हें अंतःकरणपूर्वक आणि तीव्र असलें म्हणजे त्याला भक्ति म्हणतात. प्रथम अवस्थेंत ही भक्ति मूर्तिपूजा, देवदर्शन, शास्त्रांविषयीं आदर अथवा तर्कांच्या द्वारा परमात्म्याचा शोध या मार्गांनी व्यक्त होतें.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अधिक प्रगल्भ अवस्थेंत भक्तीचें स्वरूप बदलून ती मानवजातीच्या कल्याणाची आतुरता, सेवातत्परता, प्रेम, आध्यात्मिक सद्गुरूचें आज्ञापालन व त्यांच्याविषयीं निष्ठा अशा मार्गांनी व्यक्त होते. ह्या अवस्थांचें निरनिराळें फळ असतें. विद्यमान सद्गुरूविषयीं प्रेम ही भक्तीची अलौकिक पायरी आहे. कारण, शेवटीं ह्या प्रेमाचें रूपांतर पराभक्तींत किंवा शुद्ध ईश्वरीप्रेमांत होतें.

पराभक्ति:—भक्ति तीव्रतम होऊन तिची परासीमा झाल्यावर पराभक्तीला सुरुवात होते. पराभक्तीच्या अवस्थेंत भक्ति एकनिष्ठ असते आणि ती अंतःकरणांत पराकाष्ठेची बेचैन व परमात्म्याशीं ऐक्य पावण्यासाठी सतत तळमळ उत्पन्न करते. असें झालें म्हणजे भक्ताचें स्वतःच्या शरीराकडे व त्याची काळजी घेण्याकडे दुर्लक्ष होतें. आपण स्वतः कसें दिसतो व लोक आपल्याबद्दल काय म्हणतात याबद्दल तो पूर्णपणे उदासीन होतो व त्याबरोबरच परमात्म्याविषयीच्या आकर्षणाच्या दैवी प्रेमाच्या उकळ्या पूर्वीपेक्षा वाढत्या प्रमाणांत चालू होतात. प्रेमाची ही अत्युच्च स्थिति अत्यंत फलदायी असते. ह्या प्रेमाचा विषय प्रेमस्वरूप सद्गुरूच असतो; व सर्वश्रेष्ठ परमात्मा गुरुरूपाने भक्तांच्या प्रेमाला पूर्णपणें प्रत्युत्तर देण्याला समर्थ असतो. **सद्‌गुरूपासून भक्ताला प्राप्त होणाऱ्या प्रेमाचें पावित्र्य, माधुर्य आणि सार्थकता, भक्ताच्या अतःकरणांतील या प्रीतीला निरतिशय आध्यत्मिक महत्त्व देतात.**

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

श्री सद्गुरु मेहेरबाबा

[जन्मः–ता. २५, फेब्रुआरी, १८९४]

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

संस्कारनाश

(भाग ३ रा)

संस्कारांचें परिमार्जन

सद्‌गुरूपासून मिळालेले संस्कार दुसऱ्या संस्कारांना नाहीसे करून जाणिवेचें रूपांतर करतातः—सद्गुरूविषयीं प्रेम हें विशेष महत्त्वाचें आहे; कारण त्यामुळे सद्गुरूशीं संबंध जडतो. ह्या संबंधाच्या द्वारा साधक सद्गुरूपासून जे संस्कार मिळवितो त्यांच्यांत जुने संस्कार क्षीण करण्याचें व उकलण्याचें विशेष सामर्थ्य असतें. ह्या संस्कारांमुळे जीवनाचा ओघ पूर्णपणें बदलतो; व साधक स्वतःच्या जीवनांतील जुन्या सवयी व विचारसरणी सोडून देतो. हे संस्कार अतिशय पापी मनुष्याचें जीवनसुद्धा सन्मार्गाकडे वळवितात. एखादा मनुष्य सांसारिक वासना तृप्त करण्यापलीकडे दुसऱ्या कोणत्याही गोष्टीचा विचार करीत नसला, तो कितीही दुराचरणी असला, त्याला सत्ता व संपत्तीची तृष्णा ह्यांचा मोह असला, धन मिळवून व त्याचें संरक्षण करून त्यांतच सुख मानण्यापलीकडे त्याचें ध्येय नसलें, आणि त्याला संसाराच्या बंधनांतून मुक्त होण्याची कल्पनाही कधी शिवत नसली, तरी **अशाही मनुष्याला अनुभव येतो की सद्‌गुरूपासून मिळालेल्या संस्कारामुळे त्याच्या पूर्व जीवनावर व विचारसरणीवर कायमचा पडदा पडतो, इतकेंच नव्हे तर त्याच्यासाठी**

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

उच्च प्रतीच्या नव्या जीवनाचा मार्ग मोकळा होतो. त्याचप्रमाणें बुद्धिवान असला तरी ज्याची दृष्टि मर्यादित आहे व ज्याची कल्पकता फार तर साहित्य आणि कला यांचेंच परीक्षण करण्यास समर्थ आहे आणि ज्याची बंधुता आपला शेजार किंवा देश ह्यांच्या मर्यादेपलीकडे जाण्यास असमर्थ असते, अशा मनुष्याला देखील सद्गुरूपासून मिळालेल्या संस्कारांपासून फार फायदा होतो. अशा मनुष्याला सद्गुरूपासून मिळालेल्या संस्कारांमुळे अधिक उच्च प्रकारच्या जीवनाचा लाभ होतो.

सद्‌गुरूच्या मध्यस्थीने सर्व संस्कार नाहींसे होतातः— साधकाला जाणिवेच्या साधारण बुद्धिनिष्ठ पायरीवरून जेथे **अंतःप्रेरणा व स्वयंस्फूर्ती** असते अशा पायरीवर व अखेरीस परमात्म्यांत विलीन करणाऱ्या **ज्ञप्तीच्या व प्रबुद्ध अवस्थेच्या** पायरीवर सद्गुरु चढवूं शकतात. संसारांतील स्थूल अवस्थेंतून सूक्ष्म अवस्थेंत, सूक्ष्म अवस्थेंतून मनोमय अवस्थेंत आणि अखेर मनोमय अवस्थेंतून मुक्त स्थितींत जात असतांनाच ही अशी साधकाची उत्तरोत्तर प्रगति होते. शेवटच्या पायरीवर नैसर्गिक व कृत्रिम वासना व त्याचप्रमाणे त्यागात्मक संस्कार हीं पूर्णपणें नष्ट होतात. काठीवर गुंडाळलेल्या सुताच्या दृष्टांतानुसार बोलावयाचें म्हणजे संस्कार नष्ट करण्याची ही क्रिया, कातरी घेऊन काठीवरील सूत कापण्याप्रमाणे आहे. **जाणिवेला सर्वप्रकारच्या भ्रमांतून आणि बंधांतून सोडविणें, हा जो सर्व संस्कार नष्ट करण्याचा हेतु, तो सद्‌गुरूच्या कृपाप्रसादावाचून कधींही सिद्धीस जात नाही.**

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

सद्गुरूस पूर्णपणें शरण जाण्याची आवश्यकता:-- परंतु सद्गुरूची अशी प्रत्यक्ष मदत प्राप्त होण्यासाठी साधकाचा त्याच्याशी **अनिर्बंध संबंध** असावा लागतो; आणि असा संबंध सद्गुरूला पूर्णपणें शरण गेल्यानेच घडून येतो. **पूर्णपणें शरण जाणें म्हणजे सद्गुरूच्या सर्व आज्ञांचें पालन करणें.** तुमचें सर्व कर्म आणि इच्छा सद्गुरूच्या आज्ञेप्रमाणे आणि त्यांच्या देखरेखी-खाली असल्या म्हणजे त्यांची प्रत्यक्ष जबाबदारी सद्गुरूवर जाते. पूर्ण शरणागति असली म्हणजे तुम्हाला सर्व संस्कारांतून मुक्त करण्याची जबाबदारी सद्गुरूकडे जाते; आणि असें झालें म्हणजे सद्गुरु मुळीच विलंब न लावतां तुमचे सर्व संस्कार धुवून टाकतो.

विचारपूर्वक आज्ञापालन:—शरणागतीनंतर सद्गुरूचें आज्ञा-पालन दोन प्रकारचें असतें : (१) विचारपूर्वक आज्ञापालन (२) आणि अक्षरश: आज्ञापालन. ह्या दोन प्रकारांपैकी विचारपूर्वक आज्ञापालन पहिल्याने येतें व अधिक श्रेष्ठ आहे. सद्गुरु पूर्ण आहे अशी जेव्हा तुमची खात्री पटते तेव्हा त्याच्याबद्दल तुम्हाला प्रेम व आदर उत्पन्न होतो. परंतु त्याची आज्ञा अक्षरश: पाळण्याची तुमची तयारी असतेच असें नाही. सारांश, तुमची श्रद्धा बुद्धीवर अवलंबून असल्यामुळे सद्गुरूच्या आज्ञा तुम्ही आपल्या बुद्धीच्या आधारानेच पाळावयास लागतां. तुमची श्रद्धा व तुमची बुद्धि परस्परांच्या आश्रयाने रहात असल्यामुळे तुमचा विचारयुक्त विश्वास तुम्हाला बुद्धिनिष्ठ आज्ञाधारकतेच्या मर्यादेबाहेर जाऊं देत नाही. शिष्याच्या अशा प्रकारच्या दृष्टीला सद्गुरु आड येत नाही आणि प्रथमत: शिष्याची आवड आणि ग्रहणशक्ति यांना झेपेल अशाच बुद्धिगम्य आज्ञा सद्गुरु देतो.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अक्षरशः आज्ञापालनः—सद्गुरूच्या आज्ञा आणि त्यांचें पालन यांचा तर्कशुद्ध अर्थ तुम्ही निष्कपटपणें व यथायोग्य केला पाहिजे. **सद्गुरूच्या आज्ञांचें पालन बुद्धिगम्य मार्गानें करूनही तुमचे संस्कार नाहींसे होऊं शकतात. परंतु, तुम्ही जर सद्गुरूच्या आज्ञा अक्षरशः पालन केल्या तर त्यापासून फलप्राप्ति फार शीघ्र होते. गुरुवाक्याच्या प्रभावाने शिष्यामध्ये जो दृढविश्वास आणि अनिवार प्रेम उत्पन्न होतें त्याचेंच दृश्य कार्य म्हणजे अक्षरशः आज्ञा-पालन हें होय.** सद्गुरूचा तेजस्वी प्रभाव, पावित्र्य आणि दया ह्यामुळे शिष्यांत दृढविश्वास उत्पन्न होऊन तो आपल्या टीकात्मक प्रवृत्तीला न जुमानतां सद्गुरूच्या आज्ञा अक्षरशः पालन करण्यास समर्थ बनतो. **अक्षरशः आज्ञापालनाचा विशेष फायदा असा आहे की सद्गुरूच्या आज्ञांचा खरा अर्थ शिष्याच्या बुद्धि-सामर्थ्याच्या आवाक्यांत असलाच पाहिजे, असे नाही.** आज्ञापालनाचा हा उत्तम प्रकार आहे; आणि तुम्ही त्याकरतां प्रयत्न करूं शकतां. याप्रमाणे, श्रद्धापूर्वक व अनन्य भावानें सद्गुरूच्या आज्ञा पालन केल्यास तुमच्या वासना व संस्कार ह्यांच्या गुंतागुंतीच्या गाठी सुटून सद्गुरू आणि शिष्य ह्यांचा दृढ संबंध जोडला जातो; व ह्या संबंधाच्या द्वारा सद्गुरूमधून शिष्यामध्ये आध्यात्मिक ज्ञान व शक्ति यांचा अबाधित व सतत प्रवाह सुरू होतो. हीं भूमिका प्राप्त झाली म्हणजे शिष्य हा सद्गुरूचा **आध्यात्मिक पुत्र** बनतो; आणि योग्य काळीं व्यक्तित्वाच्या व संस्कारांच्या बंधनांतून मुक्त केला जाऊन तो स्वतः सद्गुरु बनतो.

सद्गुरूची भूमिकाः—सद्गुरूचा अधिकार आणि सत्ता अलौकिक असते. अध्यात्ममार्गांत कमी ज्यास्त प्रगति

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

झालेले पुष्कळ महात्मे असतात. परंतु जाणिवेच्या आंतरिक सहाही भूमिकांचें उल्लंघन करून अस्तित्व, ज्ञान व आनंद ह्यांचें अमर्याद उगमस्थान जो परमात्मा त्याच्याशीं पूर्णैक्य पावलेले महात्मे फारच विरळ असतात. **सद्गुरूला जाणिवेच्या निर-निराळया भूमिकांचा अनुभव असतो इतकेंच नव्हे, तर परमात्म्याशीं त्याचें नित्य ऐक्य असल्यामुळे तो सर्व जीवात्म्यांमध्ये सत्तारूपाने प्रत्यक्ष व्यापून असतो.** विश्वांतील कार्यशक्तीचा तो आधारस्तंभ असतो. सत्यदृष्टीने पाहतां तुमचे सर्व विचार व कर्मे, सुख व दुःख, राग व द्वेष, सामर्थ्य व दुर्बलता, मालमत्ता व परित्याग आणि तुमचें प्रेम व आशा ह्या सर्वांना सद्गुरूमुळेच अस्तित्व आहे. तो विश्वव्यापक आहे. एवढेंच नव्हे तर विश्वांतील विविध घटनांमधील कार्यकारणपरंपरेचा कायदा आणि व्यक्तिगत आत्म्याच्या संस्कारांची गुंतागुंत ह्यांची त्याला पूर्ण माहिती असते. व्यक्तीच्या सुखदुःखाची व सद्गुणांचीं अथवा दुर्गुणांचीं कारणें त्याला पूर्णपणें माहीत असतात, इतकेंच नव्हे तर निसर्गांतील महत्त्वाचे फेरफार आणि उत्क्षेप ह्यांचेंही त्याला ज्ञान असतें. सद्गुरूच्या सर्वव्यापी जाणिवेच्या अबाधित दृष्टीसमोर प्रत्येक प्राणी म्हणजे एक खुलें पुस्तक होय. परमात्म्याशीं ऐक्य असल्यामुळे सद्गुरु अनंत व सर्वशक्तिसंपन्न असतो; आणि आत्म्याचे सर्व संस्कार नष्ट करून त्याला एका क्षणांत बंधना-पासून मुक्त करूं शकतो.

पुस्तकालय
गुरुकुल कांगड़ी

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

Meher Publications

(1) Meher Baba's Discourses (Five Volumes) each Rs. 2-0

(2) Gems from the Teachings of Meher Baba Rs. 1-4

(3) Divine Theme—By Meher Baba Rs. 4-0

(4) Perfect Master (Life of Shri Meher Baba) By C. B. Purdom Rs. 6-0

(5) Meher Baba—The Awakener. By Dr. C D. Deshmukh M.A. Ph.D. (London) (With Foreword by Princess Norina Matchbelli) Re. 1-0

(6) Shri Meher Baba-His Philosophy & Teachings. By A. K. Abdulla Re. 1-0

(7 Meher Baba — By Eastern & Western Disciples. Rs 0-3

(8) Sayings of Shri Meher Baba Rs. 0-4

(9) Shri Meher Baba. Vol. I. (Gujrathi) By F. H. Dadachanji Rs. 2-0

(10) Meher Baba. (Urdu) By K. E. Afseri. Rs. 0-2

(11) Meher Baba. (Persian) By S. A. Abbas. Rs 0-2

(12) श्रीमेहेरबाबा और उनके अध्यात्मपर लेख (हिंदी) Rs. 1-8

(13) श्रीमेहेरबाबा (मराठी) By Dr. C. D.Deshmukh. M.A.Ph.D. Rs. 1-8

Can be obtained from:—

Adi. K. Irani,
Meher Baba Universal Spiritual Centre,
King's Road, Ahamednagar.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अवतार मेहेरबाबा माला

संचालक

मेहेरबाबा जागतिक अध्यात्मकेंद्र,
किंग्ज रोड, अहमदनगर.

संपादक

दि. ह. पोफळी, बी. एस्सी. एल्एल्. बी.
अवतार मेहेरबाबा कार्यालय,
धनतोली, नागपूर.

आपल्या दैवी प्रेमाने व प्रज्ञासंपन्न सामर्थ्याने श्रीमेहेरबाबा मानवास नवीन दृष्टि व परमशांति देतात. अखिल मानवतेमध्ये अकलंकित बंधुतेची प्रस्थापना करून सत्य व प्रेम यांवर अधिष्ठित असलेलें नवयुग निर्माण करणें हेंच त्यांचें अवतारकार्य आहे. त्यांनी जुलै, १९२५ पासून मौन धरलें आहे.

श्रीमेहेरबाबांचे अध्यात्मपर लेख व दिव्य संदेश मराठी, हिंदी व उर्दू ह्या भाषांतून वाचक वर्गास मिळावेत हा 'अवतार मेहेरबाबा' मालेचा उद्देश आहे.

वार्षिक वर्गणी रु. २ पो. ख. सह.

पत्ता
अवतार मेहेरबाबा कार्यालय
धनतोली, नागपुर

दि. ह. पोफळी
संपादक

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अवतार मेहेरबाबा

माला

पुष्प पांचवें

ध्यान-विचार

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अनुक्रमणिका

१.	ध्यानाचें स्वरूप व त्याकरितां आवश्यक असलेली परिस्थिति	१ ते ९
२.	ध्यानाचे प्रकार व त्यांचे सापेक्ष महत्व ...	१० ते १८
३.	ध्यानाच्या प्रकारांचे सामान्य वर्गीकरण ...	१९ ते २५
४.	आध्यात्मविषयक सत्यांचे आकलन ...	२६ ते २७
५.	विशिष्ट ध्यानांचे सगुण प्रकार ...	२८ ते ४५
६.	विशिष्ट ध्यानाचे व्यक्तिनिरपेक्ष प्रकार ...	४५ ते ५३
७.	सहजसमाधि ...	५४ ते ६१
८.	सहजसमाधिप्रत आरोहण व सहजसमाधीचें स्वरूप	६१ ते ७०

मुद्रक—पु. रा. खांडवेकर, बी. एससी., एल्‌एल्. बी.
मॅनेजर गोपाल प्रिंटिंग प्रेस, महाल, नागपूर.

प्रकाशक

त्रिंबक नारायण जोशी,
संचालक, सी. पी. डिरेक्टरी,
वॉकर रोड, नागपूर.

१४ नोव्हेंबर १९४४] [किंमत दीड रुपया.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

श्री सद्गुरु मेहरबाबा

ऋते ज्ञानान्न मुक्तिः
पुस्तक सं० 20 II/23
आगत सं० 299.20...
तिथि 24...3.2012
गुरुकुल पुस्तकालय कांगड़ी

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ध्यानविचार

भाग पहिला

ध्यानाचें स्वरूप व त्याकरितां आवश्यक असलेली परिस्थिति

ध्यान म्हणजे मनोविजय मिळविण्याच्या प्रयत्नांत व्यक्तीनें बनविलेला मार्ग :—मनाच्या मर्यादेच्या पलीकडे जाण्यासाठीं प्रयत्न करीत असतांना व्यक्ति स्वतःसाठीं जी पायवाट तयार करते त्या पायवाटेला ध्यान असें म्हणतां येईल. दाट जंगलांत गोंधळून गेलेला मनुष्य त्यांतून बाहेर मोकळ्या जागेंत पडण्याचा जर प्रयत्न करूं लागला तर भोंवतालच्या अडथळ्यांमधून आपला मार्ग काढण्याच्या प्रयत्नामुळें, **तो आपल्यामागें आपण गेल्याच्या खुणा ठेवून जातो.** बाहेर पडण्याच्या प्रयत्नांत त्यानें कोणता मार्ग पत्करला हें वरील खुणांचा अभ्यास केला तर कोणालाही समजू शकते. जंगलांतून बाहेर पडणाऱ्या मनुष्याची हालचाल ही ठराविक रुळावरून जाणाऱ्या रेल्वे एंजिनच्या चालीहून तत्वतः अगदीं निराळी असते. **रेल्वे एंजिनला जिकडे जावयाचे असते** तिकडे जाण्याकरितां रूळ आयतेच टाकलेले असतात, परंतु साधकाला आयत्या तयार असलेल्या रस्त्यानें जाता येत नाहीं. उलटपक्षीं त्याचें चालणें झाल्यानंतरच त्याचा मार्ग उमटतो. गाढ ध्यानांत गर्क असलेला मनुष्य

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

आपल्या व्यक्तिगत आध्यात्मिक प्रश्नांना तोंड देत असतो. आपल्या मनोभूमींत अगोदरच तयार असलेल्या एखाद्या ठराविक मार्गानें चालण्याचा तो प्रयत्न करीत नाहीं.

ध्यानाची साधारण रूपरेषा अगोदर आखतां येते:— पृथ्वीच्या घन पृष्ठभागाच्या रचनेचें ज्या मनुष्याला तपशीलवार ज्ञान असतें, त्याला साधारणत: अंदाज करतां येतो कीं, अमुक भागापेक्षां अमुक भागामध्यें ज्वालाग्राहीचा स्फोट होणें जास्त संभवनीय आहे. त्याचप्रमाणें ज्यांना व्यक्तीच्या मनाच्या चमत्कारिक गुंतागुंतीचे प्रत्यक्ष ज्ञान असतें ते ध्यानमार्गाची साधारण रूपरेषा सांगूं शकतात. पृथ्वीच्या पोटांतील शक्तीच्या लाटा जेव्हां स्फोट करून बाहेर निघण्याचा प्रयत्न करतात तेव्हां त्यांना सर्वांत कमी प्रतिकाराचा मार्गच घ्यावा लागतो आणि त्यांचा प्रत्यक्ष रस्ता बहुधा त्यांना विरोधक असलेल्या भोंवतालच्या भूघनतेवरच अवलंबून असतो. ज्वालाग्राही शक्ति ही सहेतुक नसते; परंतु आध्यात्मिक गरज ही एक बुद्धिपुर:सर घटना असते, हा ह्या दोहोंतील मुख्य फरक आहे. ध्यानाच्या मार्गांत बुद्धीला फार महत्वाचें कार्य करावें लागतें म्हणून ध्यानाभ्यासांत काय केलें पाहिजे व कोणत्या घटना घडतात ह्याविषयीं साधकाला कांहीं स्पष्ट व समजण्यास सोप्या अशा सूचना देऊन सद्‌गुरु त्याच्या बुद्धीलाच उत्तेजित करतात.

बुद्धियुक्त ध्यान मनोवेधक असते:—ध्यान म्हणजे एखाद्या कल्पनेवर किंवा वस्तूवर मनाला एकाग्र करण्याची यंत्रक्रिया आहे, असा गैरसमज नेहमीं आढळून येतो. ध्यानामध्यें मनाला विशिष्ट तऱ्हेचें वळण लावण्यास किंवा त्याला एखाद्या वस्तूवर एकाग्र करण्यास फार प्रयास पडतात म्हणून पुष्कळ लोकांना ध्यान आवडत नाहीं. मनाला केवळ यंत्रवत् वळण देण्याचा कोणताही प्रयत्न

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

कंटाळवाणा असतो, इतकेंच नव्हे तर तो अखेरीस निष्फळही होतो. म्हणून, साधकानें लक्षांत ठेवण्यासारखें पहिलें तत्व असें आहे कीं, **मनोरचनेंत अंतर्भूत असलेल्या नियमानुसारच मनाचें नियंत्रण करून त्याला ध्यानांत एकाग्र** करावें लागतें. मनावर यंत्रसम बलात्कार करून चित्ताची एकाग्रता मुळींच साध्य होत नाहीं.

जे शास्त्रविहित ध्यान करीत नाहींत असेही पुष्कळ लोक व्यावहारिक प्रश्नांचा किंवा इतर शास्त्रीय विषयांचा तर्कशुद्ध आणि पद्धतशीर विचार करण्यांत पूर्ण निमग्न झालेले बऱ्याच वेळां दिसून येतात, आणि त्यांची मानसिक क्रिया, एका अर्थानें, बव्हंशीं ध्याना-सारखी असते. त्यांच्या विचारांत दुसऱ्या सर्व अप्रस्तुत गोष्टी बाजूला सारून एका विशिष्ट विषयाच्या मुद्यासंबंधीं मन एकाग्र झालेलें असतें. अशा प्रकारच्या मनाच्या व्यापारांत चिंतन किंवा ध्यान अनायासें व **सहजगत्या** होत असते. कारण, त्यांतील मनो-व्यापारांचा विषय **मनोवेधक** असून तो मनाला वाढत्या प्रमाणांत समजतही जातो. परंतु, अशा व्यावहारिक विचारमालिकांसंबंधीं अध्यात्मदृष्टीनें खेदाची गोष्ट हीच आहे कीं, हे विचार खऱ्या महत्वाच्या विषयांविषयीं नसतात. उलटपक्षीं, आध्यात्मिक ध्यान-क्रियेमध्यें ध्यानविषयांची निवड काळजीपूर्वक करावी लागते; व **ध्यानाचा विषय अध्यात्मदृष्टीनें महत्वाचा असावा लागतो.** ईश्वरी व्यक्ति किंवा वस्तु किंवा एखादें आध्यात्मिक महत्वपूर्ण सत्य यावरच ध्यानामध्यें मन स्थिर करावयाचें असतें. परतु **ध्यानामध्यें यश मिळविणें असल्यास आध्यात्मिक विषयांची अथवा सत्याची मनाला आवड असली पाहिजे, इतकेंच नव्हे तर मनाला तें समजून त्याचें महत्व पटल्यानंतरच अध्यात्म-चिंतन करण्यास सुरुवात केली पाहिजे.** अशा प्रकारचे बुद्धि-

पुस्तकालय
CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar
गुरुकुल कांगड़ी

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

युक्त चिंतन ही मनाची स्वाभाविक क्रियाच आहे, आणि यंत्रवत् ध्यानांतील कडकपणा आणि नियमबद्धता ह्यांत नसल्यामुळें हें चिंतन सहज, आयासरहित व मोहक होतें इतकेंच नव्हें तर यशस्वीही होतें.

चिंतन व चित्तैकाग्रता:--चिंतन व चित्ताची एकाग्रता ह्यामधील भेद लक्षांत ठेवण्यासारखा आहे. चिंतन ही पहिली पायरी आहे; व हीच क्रमाक्रमानें चित्तैकाग्रेंतत रूपांतर पावते. चित्तैकाग्रतेच्या क्रियेंत मन एखाद्या पदार्थावर स्थिर होऊन त्याच्याशीं तादात्म्य पावण्याचा प्रयत्न करतें; तेंच मन चिंतन करीत असतां इतर सर्व वस्तूंना सोडून केवळ एका ध्यानविषयक वस्तूचेंच पूर्ण मनन करतें. चित्तैकाग्रेंतत मनाची हालचाल मुळींच नसते. परंतु चिंतनामध्यें ध्यानविषयाबद्दलच्या एका कल्पनेहून दुसऱ्या कल्पनेवर मन हालत असतें चित्तैकाग्रतेमध्यें मन, कल्पनापरंपरेंत पडून कल्पनांचा विस्तार करीत नाहीं, तर तें केवळ एखाद्या विशिष्ट आकारावर किंवा संक्षिप्त सिद्धांतावर आरूढ होतें परंतु चिंतनामध्यें, मन त्या आकाराच्या निरनिराळ्या गुणधर्मांचा पूर्णपणें विचार करून किंवा सिद्धांताचे निरनिराळे अर्थ समजून घेऊन, त्यांना आत्मसात् करण्याचा प्रयत्न करतें. चित्तैकाग्रता आणि चिंतन ह्या दोन्ही अभ्यासांत मनाची ध्येयवस्तु किंवा ज्ञेय सूत्रमय तत्व ह्याविषयी प्रेम आणि उत्कंठा ह्यांचे मधुर मिश्रण असतें. कडक नियमबद्धतेमुळ आणि सारखेपणामुळें कंटाळा उत्पन्न करणाऱ्या यंत्रवत् मानसिक व्यापाराहून चिंतन आणि चित्तैकाग्रता ह्या दोन्ही क्रिया फार निराळ्या आहेत.

ज्यांची चित्तैकाग्रता करण्याची शक्ति नसते त्यांनी चिंतनापासून सुरुवात केली पाहिजे. परंतु जे चित्तैकाग्रता करण्यास समर्थ असतात त्यांना चिंतनाची आवश्यकता नाहीं. अशा साधकांनीं ईश्वरस्वरूप सत्पुरुषाच्या केवळ आकारावर अथवा "मी स्थूल देह किंवा सूक्ष्म

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

देह किंवा कारण देह नव्हे, " "मी परमात्मा आहे" ह्या सारख्या सूत्रमय तत्वावर आपलें चित्त स्थिर केलें तरी पुरें होतें.

मौन आणि एकांतवास हे ध्यानाला पोषक आहेतः-- तत्वतः ध्यान ही एक वैयक्तिक बाब आहे. समाजांत आपली बडे-जावी मिरविण्यासाठीं ध्यानाची गरज नसून आपली आध्यात्मिक प्रगति करण्यासाठीं तें आवश्यक आहे. सामाजिक वातावरण सोडून देऊन पूर्णपणें एकांत सेवन केल्यानें ध्यानाचा अविरोध पिच्छा पुरविण्यास मदत होते. पूर्वीचे योगी पूर्ण एकांत साधण्यासाठीं गिरिकंदरांत वास करीत होते. ध्यानांत यश मिळण्यासाठीं पूर्ण शांतता आणि अप्रतिहत मौन ह्यांची फार आवश्यकता असते, आणि पर्वतावर किंवा गुहेमध्यें तें साहजिकच मिळण्याजोगे असतात. परंतु त्या करितां मनुष्याला पर्वतावर किंवा गुहेंत जाण्याची आवश्यकता नाहीं. थोडी काळजी व त्रास घेतल्यास, शहरांत देखील ध्यानाच्या निरनिराळ्या प्रकारांना आवश्यक व ध्यानाच्या प्रगतीला पोषक अशी शांतता, मौन व एकांत साधकाला मिळवितां येतात.

अंधाराचें महत्वः-- ध्यानासाठीं अंधाराची किंवा डोळे लावून घेण्याची फार आवश्यकता नाहीं. ध्यानाची वस्तु ध्यात्याचे समोर असली तर डोळे उघडे ठेवूनसुद्धां यशस्वी रीतीनें ध्यान करतां येईल. परंतु, कित्येक प्रसंगी स्थूल आवाजापासून दूर जाण्या-प्रमाणेंच स्थूल दृश्यांपासून दूर जाणेंही स्थिर ध्यानाला पोषक होते.

ध्यानासाठीं जागेची काळजीपूर्वक निवड केली म्हणजे बाह्य मौन पूर्णपणें साधलें जाते; व दृश्यापासून होणारा चित्तविक्षेप टाळण्यासाठीं आपले डोळे लाविले म्हणजे पुरे. कधीं कधीं उजेड असला तर केवळ डोळे मिटल्यानेंच दृश्यमूलक प्रेरणा बंद पडत नाहीं; तेव्हां

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अशा प्रसंगीं पूर्ण अंधारांत ध्यान करणेंच ठीक असते. ध्यानामध्यें प्रगति करण्याच्या साधारण साधनांपैकीं काळोख हें एक आहे.

ध्यानाकरितां आसनः——ठराविक आसन ध्यानामध्यें फार उपकारक असते; परंतु त्यासाठीं ठरलेले नियम नाहींत. सुखावह आणि आरोग्यास अविघातक असें कोणतेंही आसन ध्यानाकरितां उत्तम असतें, परंतु आसनामुळें झोंप किंवा मनाला व्यग्रता येतां कामा नये. आसनामुळें शरीरावर ताण पडून दुःख होऊं नये कारण त्यामुळें मनाचें लक्ष शरीराकडे वेधलें जातें. झोपी जातांना आपण शरीर पूर्णपणें ढिलें सोडतो त्याप्रमाणें आसनाचे वेळीं शरीर पूर्णपणें सैल सोडावें (Relax); परंतु झोप घेतांना जी शरीराची स्थिति (Position) असते ती टाळावी; कारण त्या स्थितींत झोप येण्याची प्रवृत्ति असते. सुखावह व सोईस्कर असें आसन घालून बसल्यानंतर शरीराचा मध्यबिंदु ह्या दृष्टीनें डोक्यावर लक्ष देणे फायदेशीर असते. डोक्याला शरीराचा मध्यबिंदु मानल्या-मुळें शरीराला विसरून त्यावरून मन काढून घेणें जास्त सोपें जाते व ध्यानाच्या वस्तूवर मन साहजिक स्थिर होते.

ध्यानाची जागा, आसन व वेळ ठराविक असण्याचें महत्वः—साधकानें ध्यानासाठीं प्रत्येक वेळीं एक ठराविक आसन ठेवणेंच इष्ट असते. आसनाचा ध्यानाशीं जो संबंध असतो त्यामुळें त्या आसनामध्यें पूर्वीं केलेलें ध्यान अधिक सुलभ करण्याचें विशिष्ट सामर्थ्य असतें. ठराविक आसनावर शरीर आरूढ झालें म्हणजे आपण इतःपर जाणिवेला देहाशीं सलग्न होऊं न देतां जाणिवेच्या-द्वारा ध्यानाचा उद्देश साध्य करावयाचा आहे ही **अर्ध जागृत सूचनाच** त्या आसनांत असते. ध्यानासाठीं जागा व वेळ ठराविक असल्यास त्यांच्या पूर्वसहचर्यामुळें ध्यानावर हितकर परिणाम होतो,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

म्हणून, ध्यानासाठीं ठराविक जागा, आसन व वेळ ठेवण्याची साधकानें काळजी घ्यावी. जागा आध्यात्मिक दृष्टीनें महत्वाची असणें ह्याचाही जागेच्या निवडींतच समावेश होतो. पवित्र स्थानें अथवा सद्गुरूंच्या राहण्याच्या व ध्यानाच्या जागा ह्या ध्यानाच्या दृष्टीनें विशेष महत्वाच्या असतात. व्यक्तीचा पूर्वेतिहास व विशिष्ट गुणलक्षणानुरूप ध्यानाची जागा, आसन व वेळ ह्यांना थोड्याबहुत प्रमाणांत महत्व असते, म्हणून ह्यांच्यासंबंधीं सद्गुरु शिष्यांना वैयक्तिक इष्टानिष्टेतला अनुलक्षून निरनिराळ्या सूचनाही देतो. परंतु, सतत अभ्यासामुळें ज्यांना ध्यानाची संवय लागली आहे अशा साधकांना जागा, आसन व वेळ यांची आवश्यकता नाहीं. असा साधक कोणत्याही परिस्थितींत व कोणत्याही वेळीं ध्यान करूं शकतो. चालतांना देखील तो ध्यानांत अंतस्थ रीतीनें निमग्न राहूं शकतो.

ध्यान आल्हाददायक असावें:—ध्यान म्हणजे जणूं कांहीं एरंडेल तेल घेण्यासारखेंच आहे, असें अंतःकरण दडपल्यासारखें होऊन कंटाळवाण्या वृत्तीनें ध्यान कधींही करूं नये. ध्यानांत गांभीर्य पाहिजे, परंतु साधकानें नेहमींच गंभीर किंवा उदासीन दिसलें पाहिजे असा याचा अर्थ नव्हे. विनोदी आणि आनंदी वृत्ति ध्यानाच्या आड न येतां उलट ध्यानाला प्रत्यक्षपणें साहाय्य देतात. ध्यानांत कृत्रिमपणामुळें त्रास किंवा कंटाळा उत्पन्न होऊं देऊं नये. यशस्वी ध्यानांत अनुभवास येणारा स्वाभाविक आनंद साधकानें मोकळ्या वृत्तीनें ग्रहण करावा; परंतु ह्या आनंदांत आसक्त होऊं नये. ध्यान हें कांहींसें उंच पर्वतावरील संचाराप्रमाणें आहे. नव्या व स्वाभाविक सृष्टिसौंदर्यांतील विहाराप्रमाणेंच ध्यानापासूनही शांतता, उत्साह आणि आनंद प्राप्त होतात. खरोखर यशस्वी रीतीनें ध्यान

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

करावयाचें असेल तर निरुत्साह, भीति अथवा चिंता उत्पन्न करणाऱ्या सर्व विचारांना पूर्णपणें टाकून दिलें पाहिजे.

सामुदायिक ध्यानः—ध्यान ही तत्वतः जरी वैयक्तिक बाब असली तरी सामुदायिक ध्यानांतही फायदे आहेत. एकमेकांशीं साम्य असलेले निरनिराळे साधक जर एकाच पद्धतीचें ध्यान करूं लागले तर त्यांच्या विचारांत एकमेकांना पोषक होऊन मजबूत करण्याची प्रवृत्ति असते. एकाच सद्गुरूचे शिष्य एका ठिकाणीं जमून आपल्या सद्गुरूचे सामुदायिक ध्यान करण्यांत निमग्न होतात, तेव्हां हें विशेषकरून दिसून येतें. परंतु ह्या प्रकारच्या सामुदायिक ध्यानापासून पूर्ण फायदा होण्याकरितां सामुदायिक ध्यानांत भाग घेण्याऱ्या प्रत्येक साधकानें स्वतःच्या ध्यानाभ्यासतांच लक्ष ठवलें पाहिजे. आपल्या मंडळींतील दुसरे लोक काय करीत आहेत ह्याकडे लक्ष देऊं नये. तो जरी दुसऱ्यांच्या सहवासांत आपलें ध्यान सुरू करीत असला तरी हें सर्व विसरून त्याला आपल्या ध्यानांतच मग्न झालें पाहिजे. सर्व जगाला व स्वतःच्या देहासही पूर्णपणें विसरून सर्व मंडळींनीं ध्यानाच्यापूर्वीं जो ध्यानविषय ठरविला असेल त्याचीच त्यानें पूर्ण जाणीव ठेवावी. सामुदायिक ध्यान व्यवस्थित केलें असता नवशिक्या माणसाला अतिशय उपकारक होते. परंतु ज्यांची प्रगति झालेली आहे असे साधक आपला ध्यानाभ्यास स्वतंत्रपणें करूं शकतात.

विरोधक कल्पनांची उत्पत्तिः—सामान्य विचारमालिकेमध्यें प्रसंगानुसार व सुसंबद्ध कल्पनापरंपरेचाच प्रवाह बहुधा असतो; परंतु मन जेव्हां पद्धतशीर ध्यान करण्यास सुरुवात करतें तेव्हां असंबद्ध व विरोधी विचार उत्पन्न होऊन ध्यानास व्यत्यय होण्याची प्रतिक्रियाही हटकून सुरूं होते. हा मनाचा स्वभाव आहे; आणि

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

जाणिवेंत पूर्वी कधीही उत्पन्न न झालेले पुष्कळ विरोधी आणि अहितकारक विचार येतात म्हणून घाबरून जाऊं नये. ध्याना-भ्यासांत जाणीवेमध्यें मनांतील अर्धजागृत विचार येणें हा ध्यानांतील एक क्रमच आहे. गारुडी ज्याप्रमाणें पुष्कळ नवीन व अनपेक्षित वस्तु उत्पन्न करतो त्याप्रमाणेंच ध्यानाची प्रक्रिया पुष्कळ असंबद्ध व असाह्य विचारांना जणु काय आमंत्रणच देत असते. हे चित्तक्षोभ करणारे सर्व विचार उत्पन्न होण्याची शक्यता ओळखून त्याकरितां साधकानें तयार असले पाहिजे; आणि हे सर्व प्रतिबंधक विचार अखेरीस जिंकले जातात हा दृढ विश्वास ठेवून पराकाष्ठेचा धीर धरला पाहिजे.

ध्यानांत यश मिळण्याची अखेरची पण महत्वाची अट अशी आहे कीं, ह्या क्षोभक विचारांबद्दल व मानसिक ओढीबद्दल साधकानें शुद्ध प्रक्रिया (Technique) ठेविली पाहिजे. ह्या क्षोभक विचारांशी प्रत्यक्ष झगडत बसून त्यांना दाबण्यामध्यें मानसिक शक्तीचा अपव्यय करण्यापासून मुळींच फायदा नाहीं. अशा प्रकारचा प्रयत्न करणें म्हणजे त्या क्षोभक विचारांकडे आणखी लक्ष दिल्यासारखें होतें. क्षोभक विचारांना दाबण्यासाठीं आपण जें लक्ष पुरवितों तेंच लक्ष त्या विचारांचें जीवन वाढवून त्यांना जाणीवेमध्यें आणखी दृढ करतें. **सर्वांत उत्तम उपाय म्हटला म्हणजे क्षोभक विचारांना वाजवी-पेक्षां जास्त महत्व न देतां, शक्य तितक्या लवकर आपल्या ध्यानविषयाकडे वळणें हाच होय.** ह्या क्षोभक विचारांची अप्रस्तुतता व निरुपयोगीपणा आणि ध्यानविषयाची सापेक्षतः अधिक योग्यता व महत्व ह्यांची ओळख ठेवून त्यांच्याकडे केवळ दुर्लक्ष केल्यानेंच त्यांचा स्वाभाविक अंत होतो, व असंबद्ध विचारांचा अडथळा कायमचा दूर होऊन ध्यानविषयांत मन स्थिर होतें.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

भाग दुसरा.

ध्यानाचे प्रकार व त्यांचें सापेक्ष महत्व.

तीन निरानराळ्या तत्वांच्या आधारानें ध्यानाच्या प्रकारांचे वर्गीकरण करतां येतेः—ध्यान निरनिराळ्या प्रकारचें असतें; ध्यानाच्या प्रकारांचें वर्गीकरण तीन निरनिराळ्या तत्वांच्या आधारानें करतां येतें. वर्गीकरणाकरितां खालील तीन प्रश्न विचारार्ह आहेत— १ आध्यात्मिक विकास घडवून आणण्याच्या बाबतींत ध्यान कोणत्या स्वरूपाचें कार्य करते ? २ ध्यानाच्या प्रक्रियेमध्यें व्यक्तित्वाच्या कोणत्या अंगाला प्रामुख्येंकरून चालना मिळते ? ३ अनुभवाच्या निरनिराळ्या घटकांपैकीं मन कोणत्या अनुभवघटकांचें ज्ञान करून घेण्याचा प्रयत्न करते ? ध्यानाच्या निरनिराळ्या प्रकारांचें वर्गीकरण करण्यास ह्या तीन तत्वांपैकीं कोणत्याही तत्वाचा उपयोग होऊं शकतो. पुढें ध्यानाच्या निरनिराळ्या प्रकारांची तपशीलवार माहिती देतांना तिसऱ्या तत्वाचा उपयोग करण्यांत येईल, कारण ध्यानाच्या प्रकारांची सविस्तर यादी तयार करण्यास तें तत्व अतिशय उपयोगी आहे; परंतु ध्यानाच्या निरनिराळ्या प्रकारांचें सापेक्ष महत्व पहिल्या दोन तत्वांच्या आधारानें सांगण्यांत येईल. कारण त्याकरिता हीं दोन्हीही तत्वें आपापल्यापरीं उपयोगी आहेत.

अन्वयध्यान आणि व्यतिरेकध्यानः—पहिल्या ध्यान कार्याच्या तत्वाच्या दृष्टीनें विचार केला म्हणजे असें दिसून येते कीं, (i) **ध्यानाला जाणिवेला शाश्वत सत्याशीं संलग्न करून देण्याचे कार्य करावें लागतें आणि त्याचप्रमाणें** (ii) **जाणिवेला दृश्य जगतांतील आणि निस्सार वस्तूपासून विलग्न करण्याचें कार्य करावें लागतें.** म्हणून ह्या दृष्टीनें ध्यानाचे दोन प्रकार होतातः—

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अन्वय ध्यान (Associative Meditation) आणि व्यतिरेकध्यान (Dissociative Meditation). अन्वयध्यानांत मुख्यत्वेंकरून मनाचा एकीकरणाचा (Synthetic) व्यापार असतो; आणि व्यतिरेकध्यानांत मुख्यत्वें करून मनाचा वियोग करण्याचा (Analytic) व्यापार असतो. 'मी अनंत आहे' ह्या सिद्धांताचें मनन करणें हें अन्वयध्यानाचें उदाहरण आहे व 'मी स्वतःच्या वासनांहून निराळा आहे' हें व्यतिरेकध्यानाचे उदाहरण आहे.

अन्वयध्यान आणि व्यतिरेकध्यान ह्यांचें क्रमशः कार्यः— **अन्वयध्यानाच्या** (Associative Meditation) **अभ्यासानें साधक आपल्या मनानें निश्चित केलेल्या आध्यात्मिक ध्येयाशीं एकरूप होण्याचा प्रयत्न करतो; आणि व्यतिरेक ध्यानाच्या** (Dissociative Meditation) **अभ्यासानें साधक अध्यात्म विरोधी वस्तूंपासून स्वतःला अलग करण्याचा प्रयत्न करतो.** अन्वयध्यान ही आध्यात्मिक जीवनाचीं मूलतत्त्वें आत्मसात् करण्याची क्रिया होय; व व्यतिरेक ध्यान ही आध्यात्मिक जीवनाच्या आड येणाऱ्या सर्व वस्तूंना दूर करण्याची क्रिया होय.

व्यतिरेकध्यान हें अन्वयध्यानाची पूर्वतयारी असतेः— अन्वयध्यानांतील वस्तु ज्ञानाच्या क्षेत्रांतून निवडलेली असते; आणि व्यतिरेक ध्यानांतील वस्तु आभासक्षेत्रांतून निवडलेली असते. जग केवळ भ्रमानेच भासमान होत असले तरी त्याचा मोह मोठा विचित्र असतो. मनुष्याला अंधारांतून प्रकाशांत यावयाचे असेल तर त्यानें अंधारांतील जगताचा तिरस्कार करण्यास शिकलें पाहिजे; त्याचप्रमाणें, भ्रममूलक जगांतून बाहेर पडून मनुष्याला सत्याचा अनुभव घ्यावयाचा असेल तर भ्रममूलक जगताची तुच्छता व फोलपणा सतत लक्षांत ठेवून त्याबद्दलच्या मोहाचा प्रतिकार करण्याची शक्ति

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

वाढवीत गेले पाहिजे. म्हणून व्यतिरेकध्यान हे अन्वयध्यानाची पूर्वतयारी आहे; व्यतिरेकध्यान हें प्रथम करावें लागते. त्याचाही बराच उपयोग होतो; परंतु त्याचा उद्देश अन्वयध्यानासाठीं केवळ तयारी करणे हाच आहे.

अन्वयध्यान हे व्यतिरेकध्यानापेक्षां ज्यास्त फलदायी असते:—एका प्रकारे अन्वयध्यान आणि व्यतिरेकध्यान ही दोन्हीं आवश्यक आहेत; परंतु अखेरीस अन्वयध्यान हे व्यतिरेक ध्यानापेक्षा अधिक फलदायी आणि महत्वाचें ठरतें. एखादा मनुष्य अंधारांत असला तर त्या अंधाराचा केवळ राग करून त्याचा कांहीं फायदा होत नाहीं. त्या अंधाराशीं झगडण्या-पलीकडे त्याला जर दुसरें कांहीं साध्य नसेल तर त्याच्या व्यथेला अंतच राहणार नाहीं. परंतु अंधाराशीं झगडण्यांतच व्यग्र होण्याचें सोडून, तो सूर्यप्रकाशांत जाण्याच्या जास्त महत्वाच्या कार्यास लागेल, तर सूर्यप्रकाशांत जात असतांना सर्व अंधार क्रमाक्रमानें नाहींसा झालेला त्याचे अनुभवास येईल. म्हणून **प्रस्तुत बंधनांत निरर्थक असमाधान मानीत राहण्याला विशेष महत्व नाहीं; तर आपल्या उद्दिष्ट ध्येयाकडे नेणाऱ्या प्रयत्नांनाच खरें महत्त्व आहे**. जोपर्यंत माणसाचें तोंड सूर्याच्या बाजूला असतें आणि तो त्याच्या प्रकाशांत जाण्याचा प्रयत्न करीत असतो तोपर्यंत भोंवतालचा अंधार त्याच्या मार्गांत मोठेंसें विघ्न आणूं शकत नाहीं. त्याचप्रमाणें जोपर्यंत साधकाचें अंतःकरण आपल्या अध्यात्मध्येयाशीं तादात्म्य पावण्यांत पक्कें जडलें आहे, तोपर्यंत त्यानें आपल्या दोषां-बद्दल चिंता करण्याची आवश्यकता नाहीं. त्याची यात्रा संपल्यावर आपले सर्व दोष पार नाहीसे झाले आहेत असाच त्याला खात्रीनें अनुभव येईल.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

आहाराचा दृष्टान्तः—अन्न आत्मसात् करण्याचा जसा शरीराशीं निकट संबंध असतो तसाच अन्वयध्यानाचा मनाशीं संबंध आहे. योग्य प्रकारचें अन्नग्रहण करून शरीरांतील दोष भरून काढतां येतात; त्याचप्रमाणें आध्यात्मिक सत्य आत्मसात् करून मनांतील दोष नाहींसे करतां येतात. परंतु ज्याप्रमाणें आहारांतील निरनिराळे पदार्थ शक्तिवर्धक असले तरी ते प्रमाणांतच खावे लागतात, त्याचप्रमाणें अन्वयध्यानांतील सर्व प्रकार जरी आपापल्या परीनें चांगलें असलें, तरी त्यांचे यथायोग्य प्रमाणांत सेवन करणेंच उचित असतें. मनाच्या निरनिराळ्या घटकांची अयोग्य प्रमाणांत वाढ झाली तर ती प्रगतीचे आड येते, कारण तेव्हां विषमतेमुळें उत्पन्न होणारे अंतस्थ घर्षण चालूच असते. ध्यानाच्या निरनिराळ्या प्रकारांना योग्य प्रमाणांत संयुक्त करून (Combine) त्याचा कुशलतेनें उपयोग केला तर लवकर प्रगति होते. कारण त्यामुळें मन समतोल व सुसंगत होतें. ध्यानप्रकारांच्या योग्य समुच्चयामध्यें सत्याच्या ज्या स्वरूपाचें ध्यान केल्यामुळें साधकापुढें हजर असणाऱ्या विशिष्ट विघ्नांचें निवारण होऊं शकेल त्याच स्वरूपावर विशेष जोर देण्यांत येतो.

आहाराचाच दृष्टांत व्यतिरेकध्यानालाही लागूं आहे. व्यतिरेक ध्यानामध्ये अध्यात्माच्या आड येणाऱ्या वस्तू टाळण्यांत किंवा नाहींशा करण्यांत येतात. दोषयुक्त आहार शरीर-प्रकृतीला विघातक असतो; तसेंच ध्यानाचे प्रकार सदोष असले तर ते मनाला अस्वस्थ करतात. सदोष अन्न प्रकृति सुधारण्याऐवजीं उलट हानिकारक होतें, तसेच तृष्णाविषयक पदार्थांच्या स्वाभाविक चिंतनामुळें मनाची असलेलीं बंधनें तर दूर होत नाहींत परंतु ह्यामुळें उलट आणखीं नसलेलीं बंधनें उत्पन्न होतात. म्हणून सदोष **अन्नाच्या त्यागा**

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

इतकेंच सदोष ध्यानाचा त्याग करणें महत्वाचें आहे. इतकेंच नव्हे तर ज्याप्रमाणें चांगलें आरोग्य कायम ठेवण्यासाठीं निरुपयोगी वस्तु आणि विषारी पदार्थ पूर्णपणें टाकून द्यावे लागतात, त्याचप्रमाणें आध्यात्मिक आरोग्य मिळविण्यासाठीं अनिष्ट विचार व अनिष्ट भावना पूर्णपणें टाकून द्याव्या लागतात.

दुसऱ्या तत्वाच्या दृष्टीनें ध्यानाचे तीन प्रकार होतात:— आध्यात्मिक प्रगतीच्या बाबतींत ध्यान जे कार्य करतें त्या कार्याच्या दृष्टीनें विचार करून ध्यानाचे जे दोन अलग प्रकार होतात त्यांचे आतांपर्यंत विवरण झालें. दुसऱ्या तत्वाच्या दृष्टीनें जे ध्यानाचे निरनिराळे प्रकार दिसून येतात त्यांचीही पूर्ण माहिती करून घेणे तितकेंच महत्वाचे आहे. **हें दुसरें तत्व म्हणजे ध्यानाच्या क्रियेंत व्यक्तित्वाच्या** (Personality) **ज्या भागाला मुख्यत्वें-करून चालना मिळते त्या भागाच्या स्वरूपाचा विचार करणें.** ह्या दुसऱ्या तत्वाच्या दृष्टीनें ध्यानाचे **तीन** स्वतंत्र प्रकार पडतात.

विवेकप्रधान ध्यान (Discriminative Meditation)

अंतःकरणप्रधान ध्यान (Meditation of the Heart)
व, **कृतिप्रधान ध्यान** (Meditation of Action) :—

पहिल्या प्रकारच्या ध्यानांत बुद्धीला प्रामुख्यानें चालना मिळते म्हणून त्याला **विवेकप्रधान ध्यान** म्हणतां येईल. दुसऱ्या प्रकारच्या ध्यानांत अंतःकरणाला प्रामुख्यें करून चालना मिळते, म्हणून त्याला **अंतःकरणप्रधान ध्यान** म्हणतां येईल. तिसऱ्या प्रकारच्या ध्यानांत मनुष्याच्या कर्मप्रवृत्तीला (active nature) प्रामुख्यें-करून चालना मिळते म्हणून त्याला **कृतिप्रधान ध्यान** म्हणतां येईल. **'मी माझें शरीर नसून अनंत परमात्मा आहे' अशा प्रकारच्या**

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

सिद्धांताचा बुद्धीनें विचार करणे हें विवेकप्रधान ध्यानाचें उदाहरण आहे; साधकापासून परमप्रेमास्पद परमात्म्याकडे प्रेमाचा सतत प्रवाह चालू असणें हें अंतःकरणप्रधान ध्यानाचें उदाहरण आहे; आणि मानवजातीच्या किंवा सद्गुरूच्या सेवेंत आपलें जीवन निःस्वार्थीपणानें अर्पण करणें हें कृतिप्रधान ध्यानाचें उदाहरण आहे. ध्यानाच्या ह्या तीन प्रकारांपैकीं अंतःकरणप्रधान ध्यान हें अति उच्च व अतिशय महत्वाचे आहे, परंतु दुसऱ्या दोन प्रकारच्या ध्यानाचें देखील आपआपल्या परीने महत्व आहेच. म्हणून त्यांची हेळसांड केल्यास साधकाच्या आध्यात्मिक प्रगतीस बाध आल्याशिवाय रहात नाहीं.

ध्यानाचे निरनिराळे प्रकार नेहमी एकमेकांना पोषक असतातः——वास्तविक पाहता ध्यानाच्या निरनिराळ्या प्रकारांना एकमेकाहून अगदी स्वतंत्र समजणें चुकीचें आहे. कधी कधी एका प्रकारच्या ध्यानाचे दुसऱ्या प्रकारच्या ध्यानांत हटकून परिवर्तन होते. पुष्कळ वेळा एक प्रकारच्या ध्यानांतील प्रगति, तिला आवश्यक असलेल्या दुसऱ्या प्रकारच्या ध्यानाची प्रगति होईपर्यंत, रोखली जाते. साधकाची आध्यात्मिक प्रगति होण्यासाठी ध्यानाच्या सर्व प्रकारांचा उपयोग होतो; व बहुधा ते एकमेकांतील उणीव भरून काढून एकमेकांना साहाय्यक होतात.

एका प्रकारचे ध्यान दुसऱ्या प्रकारच्या ध्यानाचे विरोधीही असूं शकतेः—कधी कधी एका प्रकारचें ध्यान अयोग्य वेळीं केलें असता तें दुसऱ्या प्रकारच्या ध्यानांत अडथळा आणू शकते. शुद्ध ध्यानाच्या सर्व प्रकारांत जीवनांतील निरनिराळ्या सत्यांचा अभ्यास असतो. परंतु वैयक्तिक मनाच्या अवस्थेला अनुलक्षून जीवनविषयक एखादे विशिष्ट सत्य इतर सत्यांच्यापूर्वी आत्मसात् करणे अत्यंत आवश्यक असते; म्हणून, सद्गुरु सर्वांना एकाच प्रकारचें ध्यान

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

कधीही सांगत नाहींत. तो साधकाच्या वैयक्तिक गरजेला अनुलक्षून विशिष्ट सूचना देतो.

सद्गुरूकडून विशिष्ट सूचनांची आवश्यकता:—अमुक एका परिस्थितींत ध्यानाच्या कोणत्या प्रकाराची आवश्यकता आहे हें बहुतकरून साधकाला बिनचूक ठरवितां येत नाहीं. ध्यानाच्या एखाद्या प्रकारांत साधक इतक्या एकांगीपणानें गढून जाऊं शकतो कीं स्वतःच्याच ध्यानाभ्यासानें उत्पन्न केलेल्या चाकोरींतून स्वतःच्या मनास बाहेर काढणें त्याला कठीण जाते. ध्यानाच्या दुसऱ्या कोणत्याही प्रकाराचे त्याला महत्व पटत नाहीं व त्याकडे तो आकर्षिला जात नाहीं. त्याला त्याच्या विशिष्ट मार्गांत उणीव भासून येईल; परंतु, ज्याप्रमाणें रोग्याला कित्येक वेळां औषध आवडत नाहीं, त्याचप्रमाणें विशिष्ट परिस्थितींत वास्तविक आवश्यक असणारे ध्यानाचे प्रकार साधकाला अप्रिय वाटतात; आणि त्या प्रकारचे ध्यान, करण्याकडे त्याच्या मनाचा कल नसतो. म्हणून ह्या बाबतींत सद्गुरूची मदत व उपदेश अत्यंत आवश्यक असतो. साधकाला स्वतःच्या खऱ्या आध्यात्मिक उणीवेचे कमी अधिक प्रमाणांत ज्ञान असतें; परंतु सद्गुरूला अंतर्ज्ञानानें साधकाच्या उणीवेचे पूर्ण ज्ञान असतें. म्हणून सद्गुरूच्या विशिष्ट सूचनांच्या मदतीने व्यक्तित्वाच्या उपेक्षित भागांची उणीव भरून येते.

ध्यानाचे खरे महत्व अभ्यासानेंच अनुभवास येतेः—आपल्याला आवश्यक असलेल्या ध्यानप्रकारांचा साधकाला सुरुवातीला कंटाळा असतो; परंतु त्यांचे खरे महत्व व हेतु त्याच्या लक्षांत आलें म्हणजे त्याला त्यांत गोडी वाटूं लागते. विशिष्ट ध्यानप्रकारांचे खरे महत्व व त्यांचा हेतु साधकाला त्याचा प्रत्यक्ष अभ्यास केल्यावरच पूर्णपणें समजूं शकतो. कोणत्याही ध्यानप्रकाराचें खरे महत्व व

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

साध्यता, त्यांच्याविषयीं केवळ काल्पनिक अनुमान केल्याने कळून येत नाही. कोरड्या तर्कविलासानें ध्यानविषयक वरपांगी ज्ञान मिळेल, परंतु ध्यानाची खरी उपयुक्तता अनुभवास येणार नाही. आध्यात्मिक महत्वाच्या दुसऱ्या पुष्कळ गोष्टींप्रमाणें ध्यानाचें पूर्ण महत्वही अभ्यासांतच कळतें; तें ध्यानाबद्दल बाहेरून विचार केल्याने कळून येत नाही.

ध्यानांत यश येण्याला दृढनिश्चयाची आवश्यकता असते:— ध्यानाच्या कोणत्याही प्रकारांत खरें यश मिळविण्यासाठीं साधकाने त्या ध्यानाचा अभ्यास दृढनिश्चयाने केला पाहिजे. साधकाने ध्यानाला राखीव वृत्तीने कधीही सुरुवात करूं नये. उलटपक्षी अनपेक्षित अशा जाणिवेच्या अवस्था ग्रहण करण्याची त्याची तयारी पाहिजे. त्या अवस्थांविषयीं कोणताही पूर्वग्रह न ठेवतां तो ध्यानमार्ग त्याला जिकडे नेईल तिकडे जाण्यास त्याने सिद्ध असलें पाहिजे. इतर सर्व विचार मोहक व चित्तवेधक असले तरी त्या सर्वांचा त्याग करून वृत्ति एकाकार करणें हा ध्यानाचा खरा उद्देश आहे.

सद्‌गुरूची देखरेख आवश्यक आहे:—साधकाने सद्‌गुरूच्या मार्गदर्शनाचा आणि देखरेखीचा लाभ न घेतां, स्वतःच एखाद्या ध्यानप्रकाराचा अभ्यास करण्यास सुरुवात केल्यास त्याची मजल फार तर आपले भान विसरून, पूर्वस्थितीवर येण्यास असमर्थ होण्यापर्यंत जाईल. दुसरा सहाय्यक ध्यानाचा प्रकार जरी अगदी आवश्यक असला तरी आपले ठरीव ध्यान सोडून त्या दुसऱ्या आवश्यक ध्यानप्रकाराचा अभ्यास करणें त्याला अशक्य होईल. सद्‌गुरूच्या आज्ञेने जर ध्यानाची रूपरेषा आखून घेतली तर हें संकट टाळता येतें. साधक सद्‌गुरूच्या मार्गदर्शनाखाली व देखरेखी-खालीं असला म्हणजे सद्‌गुरू त्याला योग्य वेळीं इषारा देऊन

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

थांबवितो, इतकेंच नव्हे तर पूर्वीच्या ध्यानप्रकाराच्या चाकोरीतून बाहेर पडण्यास त्याला प्रत्यक्ष मदत करतो.

दृष्टांतादाखल गोष्ट :—ह्या संबंधानें एका अति बुद्धिमान मनुष्याची गोष्ट आहे. मनुष्याला फांसावर टांगलें असतां त्याचा श्वास कोंडल्यामुळे त्याला कोणतें दुःख होतें ह्याचा स्वतः अनुभव घेण्याची त्याला इच्छा झाली. त्याची केवळ कल्पना करून त्याचें समाधान होत नव्हतें, म्हणून त्याला त्या दुःखाचा स्वतःचा अनुभवच पाहिजे होता. म्हणून त्यानें आपल्या एका मित्राला बोलाविलें आणि स्वतःवर फांशीचा प्रयोग करण्याकरितां त्यानें त्याची मदत मागितली, व तो त्याला म्हणाला की मी दोरीनें फास चढवीन आणि श्वासरोधाचे दुःख असह्य झालें म्हणजे मी तुला खूण करीन; परंतु मी तुला अशी खूण करण्याचे अगोदर माझा फांस सोडूं नको. ह्या सर्व गोष्टीला त्याचा मित्र कबूल झाला; आणि त्या गृहस्थानें आपल्या गळ्याभोवती दोर आवळला. परंतु त्याचा श्वास कोंडल्याबरोबर तो मूर्छित झाला व म्हणून तो आपल्या मित्राला ठरल्याप्रमाणें फांस सोडविण्याची खूण करूं शकला नाहीं. परंतु त्याचा मित्र हुशार होता व त्या गृहस्थाचा श्वासरोध घातक मर्यादेला गेला आहे असें पाहतांच त्यानें त्या गृहस्थाशीं केलेला करार तोडून त्याचा प्राण वाचविण्यासाठी वेळेवरच फांस मोकळा केला. स्वतःच्या पूर्वीच्या सावधानतेनें व तजविजीनें तो गृहस्थ स्वतःचा प्राण वाचवूं शकला नाही. तर त्याचा प्राण त्याच्या मित्राच्या चतुराईनें वाचला. त्याचप्रमाणे **आपल्या स्वतःच्या तरतुदीवर अवलंबून राहण्यापेक्षां सद्गुरूवर पूर्ण विश्वास ठेवणेच साधकास अधिक सुरक्षितपणाचें असते.**

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

भाग ३ रा.

ध्यानाच्या प्रकारांचें सामान्य वर्गीकरण.

ध्यान हा अनुभवाचे ज्ञान करून घेण्याचा प्रयत्न आहे:- विशाल आणि नानाविध अशा अनुभवक्षेत्राचें ज्ञान करून घेऊन त्याचें उल्लंधन करणें हा ध्यानक्रियेचा हेतु आहे. ध्यानाचा असा अर्थ केल्यानंतर एकदम असें दिसून येतें की ध्यान हें कांहीं थोड्याशा साधकांचेंच वैशिष्ट्य नाही; प्रत्येक जिवंत प्राणी कोणत्या तरी रीतीने ध्यानांतच गुंतलेला दिसून येतो.

ध्यान हें सार्वत्रिक आहे:—आपल्याला दिसलेल्या बकऱ्याला खाण्यास जाणारा वाघ बकऱ्याचें ध्यान करतो; तसेंच आपल्याला दिसलेल्या वाघाचें बकरा ध्यान करतो. प्लॅटफॉर्मवर गाडीची वाट पाहात असलेला प्रवाशी गाडीचें ध्यान करतो, आणि आपल्याला पुढील स्टेशनवर सुटी मिळेल, अशी आशा करणारा ड्रॉयव्हर स्टेशनचें ध्यान करतो. आपल्याला न सुटलेला गूढ प्रश्न सोडविण्यांत गुंतलेला शास्त्रज्ञ त्या प्रश्नाचें ध्यान करतो; आतुरतेने वैद्याची वाट पहात असलेला रोगी वैद्याचें ध्यान करतो; व वैद्य आपल्या मिळणाऱ्या पैशांचें ध्यान करतो. पोलीस चोराला पकडण्याचा प्रयत्न करतो, तेव्हां दोघेंही एकमेकांचें ध्यान करतात. प्रेमांत सांपडलेला मनुष्य आपल्या प्रियेचें ध्यान करतो. आपल्या प्रतिस्पर्ध्याविषयीं सावध असलेला मनुष्य त्या प्रतिस्पर्ध्याचें ध्यान करतो; आपल्या मित्राच्या मृत्यूबद्दल शोक करीत असलेला मनुष्य त्या मित्राचें ध्यान करतो; आणि शत्रूंवर सूड उगविण्याचा प्रयत्न करीत असलेला मनुष्य त्या शत्रूचें ध्यान करतो. आपण योग्य पोषाख घालून चांगलें दिसावें म्हणून त्यांत गर्क झालेला मनुष्य 'मी देह आहे' ह्या ध्यानांत

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

गढलेला असतो. आणि स्वतःच्या बुद्धिमत्तेची ज्याला घमेंड आहे, असा मनुष्य 'मी मन आहे' असें ध्यान करतो.

अध्यात्मदृष्टीने महत्वाच्या असलेल्या ध्यानांत हेतुपुरस्सरता असते:—एका अर्थाने वरील सर्व ध्यानाचेच प्रकार आहेत; परंतु अध्यात्मशास्त्रांत ध्यान हें नांव, अशा ध्यानप्रकारांना दिलें जातें कीं, ज्यांत अनुभवांचें ज्ञान करून घेण्याचा प्रश्न हेतुपुरस्पर व पद्धतशीरपणें सोडविला जातो. वरील उदाहरणांत ध्यान हें समोर असणाऱ्या वस्तूवर मन लावण्याचा स्वाभाविक परिणाम असून मनाच्या अशा व्यापारांत माणसाला ध्यानक्रियेच्या अंतिम हेतूची जाणीव नसते, परंतु अध्यात्म क्षेत्रांतील ध्यान निदान प्रारंभीं तरी जाणूनबुजून केलेलें असतें; आणि अशा ध्यानांत माणसाला ध्यानक्रियेच्या अंतिम साध्याची विशेष जाणीव असते. अध्यात्मक्षेत्रांत प्रख्यात असलेले ध्यानाचे प्रकार साधकपूर्व व व्यवहारांतील सर्व जाणीवक्षेत्रामधील ध्यानप्रकारांना धरून (Continuous) असतात. जेव्हां मनुष्य व्यवहारांतील ध्यानाच्या स्वाभाविक व सामान्य प्रकारामुळें संकट सीमेला पोहचून अगतिक बनतो तेव्हांच ध्यानाचे आध्यात्मिक प्रकार अस्तित्वांत येतात. अशा संकटसमयीं आपल्या ध्यानविषयाची अध्यात्मदृष्टीने निवड करणें त्याला भाग पडतें; आणि आतापर्यंत मनांत मुरलेल्या ध्यानामध्यें त्याला बदल करावा लागतो.

सामान्य ध्यान आणि विशिष्ट ध्यानः—ध्यानाचे आध्यात्मिक महत्वाचे प्रकार दोन तऱ्हेचे आहेत. (१) सामान्यध्यानांत (General Meditation) सर्वश्रेष्ठ सत्य व (२) विशिष्ट ध्यानांत (Specific Meditation) अनुभवांतील एखादा घटक समजून घेण्याचा प्रयत्न असून नेमकाच एक भाग निवडून केवळ त्याचेच मनन

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

२११८० 20 म/23
Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

होतें. नेहमींचीच विचारक्रिया पद्धतशीर रीतीने व विशिष्ट हेतूने आणखी पुढें नेणें हें सामान्य ध्यान होय. ही क्रिया आध्यात्म ध्यानाच्या पूर्वीच्या साधनपूर्व ध्यानाहून दोन दृष्टींनी निराळी असते. एक तर ह्या सामान्य ध्यानांत विचारमालेची लक्ष्य वस्तु ही आध्यात्मिक महत्वाचे सत्य असते; आणि दुसरें सामान्य ध्यानांत मन ज्ञानी पुरुषांनी वर्णन केलेल्या सर्वश्रेष्ट सत्यांचा, (स्वतःची शोधक दृष्टी व अंतस्थ उत्साह न सोडतां) कुशलतेनें उपयोग करते.

विशिष्ट ध्यानाचा हेतु बौद्धिक क्षेत्रापलीकडे जाण्याचा असतोः—उलटपक्षी विशिष्ट ध्यानाचा उद्देश सत्याच्या केवळ बौद्धिक ज्ञानापलीकडे जाऊन विशेष अनुभव मिळवून घेण्याचा असतो. सामान्य ध्यानाप्रमाणेंच विशिष्ट ध्यानांतही मनाला ध्येयविषयाची बौद्धिक ज्ञान मिळविण्याची संधि असतेच; पण ह्याशिवाय विशिष्ट ध्यानांत अधिक फायदा हाच कीं त्याच्या योगाने मनाची शिस्त व सामर्थ्य यांची वाढ होते, आणि आत्म्यांतील सुप्तशक्ति प्रगट होते.

विशिष्ट ध्यान प्रयोगात्मक असते—विशिष्ट ध्यानाचा हेतु केवळ कल्पनाविलास करणें हा नाहीं. विशिष्ट ध्यान म्हणजे एक प्रयोगात्मक मानसिक क्रिया आहे. आत्मज्ञान व साक्षात्कार ह्यांच्या आड जीं विशेष विघ्नें येतात तीं नाहीशी करण्याकरतां ध्यानाचे विशिष्ट प्रकार फार उपयोगी असतात. मनावर पूर्ण ताबा मिळवून मनाच्या पलीकडे जाणे हा विशिष्ट ध्यानाचा हेतु असतो. ध्यानाच्या विशिष्ट प्रकारांना बंदिवासांतील मनुष्य कारागृहाच्या भिंती फोडून बाहेर पडण्याचा जो कसोशीनें कृतिप्रधान प्रयत्न करतो त्याची उपमा योग्य होईल. कारागृहाच्या भिंतींच्या निरनिराळ्या भागांची मजबुती कशी आहे अथवा त्यांतून बाहेर पडल्यावर आपल्याला काय दिसेल ह्याविषयीं शुष्क तर्कविलास करीत बसण्यापेक्षां कृतिप्रधान प्रयत्न केव्हांही अधिक फलदायी ठरतो.

पुस्तकालय गुरुकुल कांगड़ी
CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अध्यात्मजीवनामध्यें तर्कगम्य व औपचारिक सत्याला अर्धवट मान्यता देण्यापेक्षां प्रत्यक्ष कृतींतील एखादी चूक देखील अधिक महत्वाची असूं शकते. अशा औपचारिक व बुद्धिगृहीत ज्ञानाभासांपेक्षा कधी कधी ध्यानाच्या विशिष्ट प्रकारांची प्रयोगात्मक कृति अधिक उपयोगी असते. उदाहरणार्थ, एखाद्या विशिष्ट सिद्धांतावर किंवा आकारावर चित्यैकाग्र्य करण्याचा प्रयत्न करीत असतांना त्या इतक्याच किंवा त्यापेक्षा ज्यास्त आध्यात्मिक महत्वाचा दुसरा कोणताही सिद्धांत किंवा आकार मनांत येऊं देऊं नये. एका सद्गुरूचें ध्यान करीत असतांना साधकाने दुसऱ्या कोणत्याही सद्गुरूची कल्पना आपल्या मनांत येऊं देऊं नये. दुसरे सद्गुरु त्याच्या प्रमाणेंच पूर्णतेस पावलेले असले तरी या नियमास बाध येतां कामा नये त्याचप्रमाणें मन निर्विकल्प करण्याची क्रिया आणि आत्म्याच्या स्वरूपाचें एकचित्तपणाणें मनन करण्याची क्रिया जरी सारख्याच महत्वाच्या आहेत तरी, मन कल्पनाशून्य करण्याचा प्रयत्न चालू असतांना आत्म्याच्या स्वरूपाचें मनन किंवा ध्यान करणें अनिष्टच होईल.

सामान्य ध्यानाचें कार्य:— सर्वच विशिष्ट ध्यानप्रकारांना सत्याच्या निरनिराळ्या स्वरूपांचा अनुभव देण्याचे कामीं महत्व असलें तरी साधारणतः (अपवाद सोडून) त्यांचें मिश्रण करणे इष्ट नसतें. **सत्याची निरनिराळीं स्वरूपें एकत्र करून जीवनाचे पूर्ण ज्ञान देण्यास सामान्य ध्यानांतील व्यापक व स्वतंत्र विचारच समर्थ असतो.** अशा सामान्य ध्यानाचेंही फार महत्व असून बरेच फायदे आहेत. **सामान्य ध्यानाची उपयुक्तता विशिष्ट ध्यानाच्या अभ्यासापूर्वी व त्याचप्रमाणें विशिष्ट ध्यानाच्या अभ्यासानंतर अशा दोन्ही प्रसंगीं असते.** परंतु विशिष्ट ध्यानप्रकारांचा उद्देश व कार्य निराळेंच असल्यामुळें सामान्य ध्यान त्यांचे कार्य करूं शकत नाही.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

विशिष्ट ध्यान हें विशिष्ट प्रकारच्या व्यायामासारखें असतें:—विशिष्ट ध्यानप्रकारांचे विशिष्ट उद्देशाने किंवा विशिष्ट गरज भागविण्यासाठी केलेल्या व्यायामाच्या निरनिराळ्या प्रकारांशीं फार साम्य आहे. स्नायूंकरतां घेतलेला व्यायाम केवळ स्नायूंनाच सशक्त करतो; परंतु त्याचा अर्थ असा नव्हे कीं पोट हा महत्वाचा भाग नव्हे. त्याचप्रमाणें पोटाकरितां घेतलेला व्यायाम फक्त पोटालाच ताकद देतो; परंतु त्याचा अर्थ असा नव्हे की स्नायू हे शरीराचा महत्वाचा भाग नाहीत. शरीराचें सामान्य आरोग्यसंपादन करण्यासाठीं दोन्ही प्रकारच्या व्यायामांची आवश्यकता असते; परंतु त्या बरोबरच हे दोन्ही प्रकारचे व्यायाम एकाच वेळीं घेता येत नाहीत. पोटाचा व्यायाम घेत असतांना स्नायूंची विनाकारण चिंता करणें ठीक नाही, त्याचप्रमाणें स्नायूंचा व्यायाम करतांना पोटाचा विचार करणें, हेंही ठीक नाहीं.

सामान्यध्यान व विशिष्टध्यान हीं एकमेकांचीं कार्ये करूं शकत नाहीत:—खऱ्या आरोग्याविषयीं अथवा शरीराच्या प्रमाणशीर वाढीविषयीं जी आपली कल्पना असते तिच्या आधारानें व्यायामाच्या निरनिराळ्या प्रकारांचे परस्पर संबंध ठरवून त्यांचें नियंत्रण करावें लागतें. त्याचप्रमाणें, सामान्यध्यानाच्या म्हणजे सत्याच्या सर्वांगीण विचाराच्या सहाय्याने, साधक जीवनाचें जें पूर्ण ध्येय ठरवितो त्या ध्येयाच्या दृष्टीनें विशिष्ट ध्यानप्रकारांचा परस्पर संबंध ठरवून त्याला त्यांचें नियंत्रण करावें लागतें. **ज्याप्रमाणें विशिष्ट ध्यानप्रकाराऐवजी सामान्य ध्यानाची योजना करणें शक्य नसते, त्याचप्रमाणें सामान्य ध्यानाबद्दल विशिष्ट ध्यानप्रकारांची योजना करतां येत नाही.** ध्यानाचे दोन्ही प्रकार आवश्यक असून आपआपल्या रीतीने महत्वाचे आहेत.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

विशिष्ट ध्यानाचे निरानिराळे प्रकार:—विशिष्ट ध्यानप्रकारांची सविस्तर यादी करण्याकरता त्यांचें वर्गीकरण करावें लागतें. ह्या वर्गीकरणाकरता **मन ज्या निरनिराळ्या अनुभवाच्या घटकांचे ज्ञान** करून घेण्याचा प्रयत्न करतें त्या अनुभव घटकांचा आधार घेणें सोईचें आहे. मानवी अनुभवांत द्रष्टा व दृश्य, कर्ता व कर्मविषय असें द्वैत असतेंच. तेव्हां ध्यानाचे कांहीं प्रकार (१) अनुभवाच्या विषयांसंबंधीं (objects of experience) असतात, कांही प्रकार (२) अनुभव घेणाऱ्या (subject of experience) संबंधीं असतात, व कांहीं प्रकार (३) या दोहोंमधील अनुभवरूपी संबंधांत अंतर्भूत असलेल्या मानसिक व्यापारां (Mental processes) संबंधी असतात. अशा रीतीने ध्यानाचे तीन प्रकार होतात.

सहजसमाधींचे दोन प्रकार:—साधकाच्या ध्यानाच्या सर्व प्रकारांची अखेरची परासीमा किंवा सर्व ध्यानांचे अंतिम उद्दिष्ट म्हणजे सहजसमाधि किंवा पूर्णात्म्याची सहजस्थिति आहे. सहज समाधीचे दोन प्रकार आहेत. (१) निर्वाण अथवा तल्लीनता, आणि (२) निर्विकल्पसमाधि अथवा ईश्वरत्वाचा आविष्कार.

सामान्य वर्गीकरणांचें पत्रक:—सर्व ध्यान प्रकार पुढें दिलेल्या तक्त्यांत* संक्षिप्तपणानें आले आहेत. (अ) मध्यें साधक होण्यापूर्वीच्या निरनिराळ्या ध्यानांचा समावेश होतो. त्यांचे वर्णन ह्या प्रकरणाच्या सुरुवातीला आलें आहे; साधक स्थितींतील सामान्य ध्यानाच्या निरनिराळ्या प्रकारांचें विवरण चौथ्या भागांत होईल. साधक स्थितींतील निरनिराळ्या विशिष्ट ध्यानप्रकारांचे व उपप्रकारांचें विवरण पृथक्पणें पांचव्या व सहाव्या भागांत येईल व सिद्धांच्या सहज समाधीचें व तिच्या प्रकारांचें वर्णन सातव्या व आठव्या भागांत येईल.

---

* हा तक्ता पान २५ वर दिला आहे.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अ	मनुष्य साधक होण्यापूर्वींचे व्यावहारिक ध्यानप्रकार				
ब	साधकांचे ध्यान-प्रकार	१	सामान्य ध्यान अथवा ईश्वरी सत्यांचे आकलन	१	तत्वविचार (Philosophical thinking)
				२	सद्गुरूचा ज्ञानोपदेश ऐकणें
				३	सत्पुरुषांचे अध्यात्मग्रंथ वाचणें
		२	विशिष्ट ध्यान [यांत अनुभवाचा एकादा विशेष घटक निवडला जातो]	१	अनुभवाच्या विषयासंबंधी ध्यान (object of experience)
				२	अनुभव घेणाऱ्याविषयीं ध्यान (Subject of experience)
				३	मानसिक व्यापारांसंबंधी ध्यान (mental operations)
क	सहजसमाधि अथवा आध्यात्मिक पूर्णतेस पोहोचलेल्या सिद्धांचें ध्यान			१	निर्वाण अथवा तल्लीनता
				२	निर्विकल्प समाधि अथवा ईश्वरत्वाचा आविष्कार

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

भाग ४ था

अध्यात्मविषयक सत्यांचे आकलन

विभाग पहिला

सामान्यध्यानाचे प्रकार

तत्वविचाराची सीमाः—अध्यात्मजीवनाला सुरुवात व मदत सामान्य ध्यानानेच होते. सामान्य ध्यानामध्यें अनुभवांतील निवडक विशिष्ट घटक घेण्यात येत नाहीत. **अंतिम सत्याचे सर्वांगीण व सुसंगत ज्ञान मिळविणें हेंच सामान्य ध्यानाचें क्षेत्र आहे.** साधक जेव्हां आपलें लक्ष जीवनाचें व विश्वाचें अंतिम स्वरूप काय आहे ह्या विशाल प्रश्नाकडे वळवितो तेव्हां त्याने सामान्य ध्यानांत प्रवेश केला असें म्हणतां येईल. **तत्वज्ञानाचा बराचसा भाग जीवन व विश्व यांच्या अंतिम स्वरूपाचें बौद्धिक ज्ञान करून घेण्याच्या प्रयत्नामुळे उत्पन्न होतो.** तत्वज्ञानांतील विचार बहुधा मर्यादित अनुभवाच्या पायावर उभारलेले असल्यामुळे त्यांतील अंतिम सत्याचें केवळ बौद्धिक ज्ञान पंगु, अपुरें व संदेहात्मक असतें. अनिर्बंध व तर्कप्रधान विचाराच्या तत्वचिंतनानें यथार्थज्ञानरूपी फळ प्राप्त होत नाही. यामुळे परस्पर विरोधी पंथांची आणि मतांची उत्पत्ति होते. परंतु तत्वविचाररूपी ध्यानाचें महत्व कमी नाही, कारण त्यामुळे साधकाच्या ज्ञानाचे क्षेत्रांत प्रवेश होऊन त्याच्या बुद्धीला वळण लागतें व जेव्हां साधकाला ज्ञानी पुरुषापासून अंतिम सत्याचा बोध मिळतो तेव्हां ह्या पूर्व तयारीमुळे साधक तो ग्रहण करण्यास समर्थ होतो.

महान् सत्यांचा अभ्यासः— सामान्यध्यानाचा अधिक उपयुक्त प्रकार म्हणजे विश्व आणि जविन या विषयींच्या महान् सत्यांचा

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अभ्यास करणें हा होय. महान् सत्यांचें ज्ञान करून घेण्याच्या ह्या ध्यानप्रकाराला सुरुवात करण्याकरितां पूर्ण ज्ञानी सत्पुरुषांनी दर्शविलेल्या महान् सत्यांचें ज्यांत विवरण असेल असे ग्रंथ वाचावे अथवा श्रवण करावे. पूर्ण सद्गुरूंचीं प्रवचनें अथवा मागील ज्ञात्यांचे लेख सामान्य ध्यानासाठी योग्य विषय असतात, कारण त्यांच्या द्वारा महान् सत्यांचे बौद्धिक ज्ञान झालें म्हणजे साधकाला विश्वांतील ईश्वरी हेतूस अनुसरून आपल्या जीवनास वळण देतां येतें.

श्रवणाचें महत्त्व:—पूर्ण सद्गुरूपासून साधकाला जर प्रत्यक्ष उपदेश मिळाला तर महान् सत्यांचे ज्ञान फार सुलभतेने होतें. प्रत्यक्ष सद्गुरूपासून मिळाविलेल्या ज्ञानांत जितकी शक्ति व गुण असतो तितका दुसऱ्या कोणत्याही साधनापासून मिळविलेल्या माहितींत नसतो. सद्गुरूच्या संपन्न व्यक्तिमत्तेच्या व जीवनाच्या प्रभावामुळे त्याची चैतन्यपूर्ण वाणी अतिशय प्रभावशाली असते. म्हणून बऱ्याच धर्मग्रंथांत सद्गुरूच्या मुखांतून महान् सत्यांचें श्रवण करण्याला फार महत्व दिलें असतें. सद्गुरूच्या मुखाने महान् सत्यांचा बोध करूत घेण्याचा हा ध्यानाचा प्रकार सर्वोत्तम आहे. परंतु ह्यासाठी साधकाला विद्यमान सद्गुरूचा सहवास व त्याच्या वाणीने उपदेश मिळाला पाहिजे.

वाचनद्वारा ध्यान व त्याचे फायदे:— साधकाला विद्यमान सद्गुरूचा सहवास व त्याने स्वमुखाने सांगितलेलें ज्ञान श्रवण करण्याचा लाभ मिळणें हें नेहमीच शक्य नसतें; तथापि वाचनद्वारा होणाऱ्या ध्यानाचे-ही, कांही विशेष फायदे आहेत. साधारणतः सर्व साधकांना वाचन हाच ध्यानाचा सुलभ प्रकार आहे; कारण त्यांना वाटेल त्यावेळी अध्यात्मग्रंथ मिळूं शकतात. म्हणून वाचनध्यानाचा विशेष फायदा म्हणजे तो सर्व साधकांना सुलभ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

असून अनायासेंच त्यांच्या आटोक्यांत असतो. वाचनध्यानाच्या पद्धतीचें दुसऱ्या विभागांत विवरण केलें आहे; आणि तिसऱ्या विभागामध्यें वाचनध्यानास योग्य असा संक्षिप्त विषय दिला आहे.

विभाग दुसरा

वाचनध्यान

वाचनध्यानांतील नेहमीच्या अडचणीः—वाचनध्याना-संबंधीही अडचणी असतात. ईश्वरविषयक सत्यांचें विवरण करणारे **बहुतेक ग्रंथ ध्यानद्वारा आत्मसात् करण्याच्या उद्देशाने लिहिलेले नसून बौद्धिक स्पष्टीकरण देण्याच्या उद्देशाने तयार केलेले असतात.** म्हणून ध्यानाच्या ह्या प्रकारांत ज्या अडचणी येतात त्यांचीं कारणें तीन प्रकारचीं असतातः–(१) त्यांतील ध्यानाचा विषय वाचनध्यानाच्या पद्धतीला जुळेल असा नसतो किंवा (२) ध्यानपद्धति दोषयुक्त असल्यामुळें यंत्रक्रियेप्रमाणें व कंटाळवाणी असते; (३) किंवा ध्यानाचा विषय अस्पष्ट असून आटोपशीर नसतो.

वाचनध्यानाकरता एक खास स्पष्टीकरण तयार करून ह्या अडचणी नाहीशा केल्या आहेतः—ध्यानाला प्रतिबंध करून अयशस्वी करणारीं हीं सर्व कारणें ह्या प्रकरणांत खास वाचन ध्यानाकरता दिलेल्या स्पष्टीकरणांत येऊं दिलीं नाहीत. ह्या प्रकरणांत वाचनध्यान कसें करावें एवढेंच सांगितलें नसून ह्या विशिष्ट ध्यानप्रकाराची मुख्य उणीव भरून काढण्यासाठी तिसऱ्या विभागांत वाचनध्यानाकरता अवश्य असलेले महान् सत्यांचे आटोपशीर स्पष्टीकरणही दिलें आहे; वाचनध्यानांत नेहमी आढळून येणाऱ्या अडचणी यांत नाहीत; कारण, यांत (१) वाचनध्यानाची क्रिया व वाचनध्यानाचा विषय हे एकमेकांना व बुद्धियुक्त चिंतनास

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

आवश्यक असणाऱ्या गोष्टींना योग्य आहेत, (२) वाचनापासून सुरू होणाऱ्या ध्यानाच्या निरनिराळ्या अवस्था सविस्तर समजावून सांगितल्या आहेत, आणि वाचनध्यानासाठीं योग्य व महत्वाचा विषय ह्या दृष्टीने अंतिमसत्यांचें आटोपशीर स्पष्टीकरण मुद्दाम तयार केलें आहे.

वाचनापासून सुरू होणाऱ्या ध्यानाच्या तीन पायऱ्या आहेतः—

वाचनध्यानाच्या तीन पायऱ्या—

(१) पहिल्या पायरीवर साधकाने खास दिलेलें स्पष्टीकरण वाचून त्याबरोबरच त्याचें पूर्णपणें मनन करावें.

(२) दुसऱ्या पायरीवर प्रत्यक्ष वाचणें आवश्यक नाही, परंतु स्पष्टीकरणांतील विषयाचें स्मरण करून त्यावर सतत विचार करावा.

(३) तिसऱ्या पायरीवर, स्पष्टीकरणांतील शब्द क्रमशः किंवा पृथक्पणें मनांत आणण्याची मुळीच आवश्यकता रहात नाही व त्रोटक विचारपरंपराही बंद होते. ह्या पायरीवर, मन कोणत्याही विचार मालिकेंत गुंतविण्याची गरज रहात नाही; व स्पष्टीकरणांत व्यक्त केलेल्या अत्युच्च सत्यांचें मनाला स्पष्ट, सहज आणि स्वयंस्फूर्त ज्ञान होतें.

ध्यानासाठीं खास तयार स्पष्टीकरणः—वाचनध्यानांत विशिष्ट विषयांचे पूर्णपणें बुद्धियुक्त मनन करावें लागतें म्हणून त्याकरतां ध्यानाच्या विषयाचें थोडक्यांत आणि स्पष्ट विवरण आवश्यक आहे. महान् सत्यांच्या तिसऱ्या विभागांत दिलेल्या स्पष्टीकरणांत सृष्टीचा इतिहास व त्याचप्रमाणें अध्यात्ममार्गाची

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

पूर्ण माहिती व आत्मसाक्षात्काराचें ध्येय यांचें वर्णन दिलें आहे. तें स्पष्टीकरण बुद्धिपूर्वक वाचून त्यांतील अत्युच्च सत्य साधकांना आत्मसात् करतां येतें.

या विशिष्ट वाचनध्यानाचे फायदे :—वाचनध्यानाचा हा विशिष्ट प्रकार अतिशय सोपा आणि उपयोगी आहे; कारण त्यांतील विषयांचें वाचन आणि मनन एकाच वेळीं करावें लागतें. त्याचप्रमाणें ध्यानविषयाचें विवरण स्पष्ट व आटोपशीर असल्यामुळे असंबद्ध विचारांचा अडथळा येण्याचा संभव राहिला नाही. लांबच लांब लेखांतील किंवा पुस्तकांतील विषय, पाठ असले तरी, त्यांचें मनन करीत असतांना असंबद्ध विचारांचा अडथळा टाळणें अतिशय कठीण असतें; व म्हणून सहजस्फूर्त ध्यान अशक्य होतें. लांब विवरणाच्या अमूर्त ध्यानांतच नव्हे तर अनुभवांतील प्रत्यक्ष मूर्त विषयाच्या ध्यानांत सुद्धां मनांत असंबद्ध विचार येणें शक्य असतें. ह्याच अत्युच्च सत्यांचे सुलभ व थोडक्यांत विवरण, हा ध्यानाचा विषय असला तर त्यास असंबद्ध विचार उत्पन्न होणें फारसे संभवनीय नाही. अंतिम सत्यांच्या पुढें दिलेल्या विवरणाच्या विषयाचें जर साधकांनी वर सांगितल्याप्रमाणें मनन केलें तर त्यांचे ध्यान (मनन) सहज, सोपें, आनंददायी व आकर्षक होईल, एवढेच नव्हे तर उपयुक्त आणि यशस्वी होईल. अशाप्रकारें जीवनाचें ध्येय प्राप्त करून घेण्याच्या कामांत ते फार महत्त्वाचा टप्पा गांठतील.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

विभाग तिसरा

वाचनध्यानाकरतां महान् सत्यांचें स्पष्टीकरण

आत्म्याचा विश्वात्म्याप्रत प्रवास.

आत्मा व त्याचा संभ्रम:—आत्मा वस्तुतः शाश्वत, एकमेव आणि अनंत अशा परमात्म्याशीं एकरूप आहे. वास्तविक आत्मा स्थूल, सूक्ष्म व कारण जगतांच्या पलीकडे आहे. तो स्थूल शरीराशीं, सूक्ष्म देहाशीं (प्राणाशीं व वासनांशीं) व कारण देहाशीं (मनाशीं) तादात्म्य पावत असल्यामुळें त्याला स्वतः मर्यादित असल्याचा अनुभव येतो. आत्मा हा परात्पर स्थितींत निराकार, एकच एक, शाश्वत व अनंत आहे. तरी देखील तो स्वतःस मर्यादित, नाशवंत आणि अनेकरूप असें दृश्य जग समजतो. हीच माया अथवा अज्ञान होय.

भासमान जगताच्या स्थिती:—मर्यादित वस्तूंचें भासमान जगत् सर्वस्वी मायामय आणि मिथ्या आहे. त्याच्या तीन स्थिती आहेत:—स्थूल, सूक्ष्म व कारण. जरी ह्या तिन्हीही स्थिति मिथ्या असल्या तरी त्या मिथ्यात्वाच्या निरनिराळ्या पायऱ्या दाखवितात. स्थूल जगत् सद्वस्तूपासून सर्वांत दूर असतें; सूक्ष्म जगत् त्याहून कमी दूर असतें, आणि कारण जगत् त्याहून अगदीं जवळ असतें. परंतु या तीनही स्थितींचें मूळ मायेंत आहे. आत्म्याला सद्वस्तूचा अनुभव मिळविण्यासाठीं माया निस्तरावी लागते.

सृष्टिहेतु:—सृष्टीचा हेतु कोणता? सृष्टीचा एकमेव हेतु आत्म्यानें परमात्मस्थितीचा आनंद जाणीवपूर्वक अनुभविला पाहिजे हाच आहे. आत्मा हा परमात्म्याचा शाश्वत अंश असून त्यांचें परस्परांशीं अभेद्य ऐक्य आहे, पण आत्म्याला ह्या ऐक्याची जाणीव

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

कालाने मर्यादित असलेल्या सृष्टीशिवाय होऊं शकत नाहीं. एकच एक अशा ह्या अनंत परमात्याशीं एकरूप असल्याची त्याची जी खरी स्थिति व जो त्याचा खरा धर्म त्याचा अनुभव घेण्यासाठीं त्याला जाणिवशक्ति निर्माण करावी लागते व जाणीव उत्पन्न होण्याकरितांच द्रष्टा व दृश्य–म्हणजे जाणिवेचा मध्यबिंदू व त्याची नामरूपात्मक सृष्टी–हें द्वैत निर्माण होतें.

मायेचें मूळः—ज्या मायेमुळें भासमान् जगताचा अनुभव येतो, तिचें कारण काय? आत्मा अज्ञानांत कसा व कां गुरफटून जातो? निराकार, शाश्वत व अनंत असा आत्मा स्वतःला साकार, मर्यादित व नाशवंत कसा व कां समजूं लागला? पुरुष स्वतःस प्रकृति कां व कसा समजूं लागला? सारांश, ज्या अज्ञानांत आत्मा स्वतःस गुरफटून घेतो त्याचें कारण काय?

एक, अनंत, अभंग आणि सद्रूप अशा परमात्मस्थितीचा यथार्थ अनुभव येण्यासाठीं आत्म्याला जाणिवेची आवश्यकता आहे. आत्म्यास जाणीव उत्पन्न होते; परंतु ती परमेश्वराची नसून ब्रम्हांडाची असते; परमात्म्याची नसून छायेची असते; एकाची नसून अनेकाची असते; अनंताची नसून सांताची असते; शाश्वताची नसून नश्वराची असते. ह्याप्रमाणें आत्म्यास परमात्म्याचा अनुभव येण्याऐवजीं तो मायेंत फसतो. आणि म्हणून, जरी वास्तविक तो स्वतः अनंत असतो तरी त्यास मर्यादितपणाचा अनुभव येतो. म्हणजे, जेव्हां आत्म्यास जाणीव उत्पन्न होते तेव्हां त्याला स्वतःच्या सद्रूपाचा अनुभव न येतां त्याचीच छाया जें भासमान जगत् त्याचा अनुभव येतो.

शरीरांची उत्क्रांति व जाणिवेच्या पायऱ्याः—भासमान जगताचा अनुभव घेण्यासाठीं आत्म्याला कोणता तरी देह साधन

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

म्हणून धारण केला पाहिजे; आणि जाणिवेची पायरी व प्रकार आत्म्याला साधनीभूत असलेल्या देहाच्या धर्मावर अवलंबून असतात. प्रथम स्थूल शरीर धारण करून आत्मा स्थूल जगताचा अनुभव घेतो. सुरुवातीला त्याला स्थूल जगताचें अंशतः व अंधुक ज्ञान होतें. आणि तो त्याला योग्य असा अगदीं खालच्या दर्जाचा देह धारण करितो (उदाहरणार्थ, दगड). अशा देहापासून उत्क्रांतीस प्रारंभ होतो. अनेक वासना व संकल्प यांमुळें उद्‌भवणाऱ्या संचयाने उत्पन्न होणारी गति हीच उत्क्रांति घडवून आणणारी शक्ति होय. विशिष्ट देहांत उत्पन्न झालेल्या संस्कारांचा अनुभव घेऊन ते तृप्त करण्याकरितां श्रेष्ठतर देहाच्या साधनाची व तसेंच स्थूल जगताच्या अधिक विकसित जाणिवेची आवश्यकता असते; आणि म्हणूनच आत्म्याला धातु, वनस्पति, कृमि, मत्स्य, पक्षि आणि प्राणि याप्रमाणें चढत्या पायऱ्यांचे देह धारण करावे लागतात व शेवटी तो जगताची संपूर्ण जाणीव (म्हणजे ज्ञान, भावना व इच्छा ह्यांच्या सर्व बाजू) असलेला नरदेह धारण करितो.

उत्क्रांतीची प्रेरक शक्तिः—संस्कारांमुळे जाणिवेची व तिला आवश्यक असलेल्या देहांची उत्क्रांति ज्या रीतीनें होते तिला सामान्य अनुभवांत दृष्टांत आढळतो. एखाद्या माणसाला राजाचें काम रंगभूमीवर करावयाचें असेल तर त्याचा अनुभव घेण्यासाठीं त्याला प्रत्यक्ष रंगभूमीवर राजाचीं वस्त्रें परिधान केलीं पाहिजेत. इतर वासना आणि संकल्प यांचीही तशीच स्थिति आहे. त्यांचा अनुभव घेऊन त्या तृप्त करण्याकरितां एकंदर परिस्थतींत व त्या परिस्थितीचा योग्य अनुभव घेण्याकरितां लागणाऱ्या साधनांत प्रत्यक्ष बदल करावयास पाहिजे. जाणीव व तदनुसार देह यांची उत्क्रांती घडविण्याचें संस्कारांचें कार्य वरील दृष्टांताप्रमाणें हेतुपुरस्सर नसलें तरी

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

हा दृष्टांत उत्क्रांति घडवून आणणाऱ्या शक्तीची यथार्थ कल्पना येण्याकरितां सूचक आहे. ही शक्ति यंत्राप्रमाणें आंधळी नसून अर्थपूर्ण आहे.

देहात्मभाव:—संस्कार हे देहाच्या व तद्विशिष्ट जाणिवेच्या उत्क्रांतीला कारणीभूत आहेत इतकेंच नव्हे तर ते जाणिवेला भासमान जगताशीं जखडून टाकण्याला कारण आहेत. त्यांच्यामुळें जाणिवेला मुक्त करणें-म्हणजे जाणिवेचें भासमान जगतापासुन परिवर्तन करणें-मानवाहून कनिष्ट देहांत अशक्य असतें व मानव देहांत कठीण असतें. पूर्वसंस्कारांमुळें जाणीव भासमान जगताला जखडलेली असते; आणि भासमान जगताचा अनुभव येण्यासाठीं योग्य देहरूप साधनाची आवश्यकता असते. त्यामुळें आत्मा उत्क्रांतीच्या प्रत्येक पायरीवर देहाशीं तादात्म्य पावतो (उदाहरणार्थ दगड, धातू, वनस्पति, प्राणी वगैरे). याप्रमाणें आत्मा वस्तुतः अनंत व निराकार असला तरी त्याला स्वतः मर्यादित असल्याचा अनुभव येतो. म्हणजे तो स्वतःला दगड, धातू, वनस्पति, कृमि, मत्स्य, पक्षि वा प्राणी, जाणिवेच्या पायरीप्रमाणें समजूं लागतो; आणि शेवटीं मनुष्य देहांतून स्थूल जगताचा अनुभव घेत असतां स्वतःला मनुष्य समजतो.

पुनर्जन्म व कर्मबंध:—आत्म्याला नरदेहांत संपूर्ण जाणीव प्राप्त होते. म्हणूनच स्थूल देहाच्या अधिक उत्क्रांतीची गरज उरत नाही. नरदेह प्राप्त झाल्यावर देहाची उत्क्रांति संपते. नरदेहामुळें उत्पन्न होणाऱ्या संस्कारांचा अनुभव घेण्याकरितां आत्म्याला नरदेहांतच पुन्हां पुन्हां जन्म घ्यावा लागतो. आत्म्याला ज्या असंख्य मानवदेहांतून जावें लागतें ते सर्व कर्मबंधाने किंवा पूर्वसंस्कारांनी—म्हणजे सद्गुणाचे, वा दुर्गुणाचे सुखविषयक वा दुःखविषयक असतील त्याप्रमाणें—निश्चित होत असतात. याप्रमाणें आत्मा वस्तुतः अनंत असला तरी तो स्वतःला नाशवंत असें स्थूल शरीर समजतो.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

सूक्ष्म व कारण शरीरः—नरदेहांतील स्थूल जगताची संपूर्ण जाणीव मिळवीत असतांना आत्मा त्याबरोबरच सूक्ष्म व कारण शरीरें वाढवितो. परंतु जोंवर त्याची जाणीव स्थूल जगताशीं जखडलेली असते तोंवर त्याला जागृतावस्थेंत त्यांचा उपयोग बुद्धिपुरस्पर करितां येत नाही. त्याची जाणीव जेव्हां अंतर्मुख होऊन स्वतःकडे वळते तेव्हांच त्याला ह्या शरीरांची व तद्विशिष्ट जगतांची जाणीव उत्पन्न होते. ज्याप्रमाणें स्थूल जगताचा अनुभव घेत असतां आत्मा स्थूल शरीराशीं तादात्म्य पावतो, त्याचप्रमाणें तो सूक्ष्म जगताचा अनुभव घेत असतां सूक्ष्म शरिराशीं व कारण शरीराचा अनुभव घेत असतां कारण शरीराशीं तादात्म्य पावतो.

मोक्षमार्गः—स्वतः स्थूल, सूक्ष्म व कारण शरीर असल्याच्या मिथ्याभासांतून मुक्त होण्यांतच आत्म्याचा स्वतःचें परमधाम गांठण्याचा प्रवास होतो. आत्मानुभव व आत्मज्ञान यांकडे जेव्हां आत्म्याची प्रवृत्ति वळते तेव्हां जाणिवेस भासमान जगाकडे वळवून तिला त्याच्याशीं जखडून टाकणाऱ्या संस्कारांचा हळूहळू क्षय होऊन अंतीं लोप होतो. संस्कारांचा लोप होत असतांनाच मायेचें पटल भेदलें जातें आणि आत्मा भासमान जगताच्या सर्व स्थितींच्या पलीकडे जातो; इतकेंच नव्हे तर त्यास आपण सर्व शरीरांहून भिन्न असल्याचा अनुभव येतो. जेव्हां आत्म्याची दृष्टि स्वतःकडे वळल्यामुळें त्याची जाणीव सद्वस्तूकडे (परमात्म्याकडे) ओढली जाते तेव्हांच मोक्षपथाला सुरवात होते.

पहिल्या अवस्थेंत, आत्मा स्थूल जगत् पूर्णपणें विसरतो; आणि सूक्ष्मशरीरांतून सूक्ष्मजगताचा अनुभव घेऊन स्वतःस सूक्ष्म शरीर समजतो. दुसऱ्या अवस्थेंत आत्मा स्थूल व सूक्ष्म शरीरें व जगतें पूर्णपणें विसरतो; आणि कारणशरीरांतून कारण जगताचा अनुभव

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

घेत असतांना स्वतःस कारणशरीर समजतो. या अवस्थेंत आत्म्याला परमात्म्याचें किंवा परमेश्वराचें दर्शन होतें असें म्हणतां येईल. परमात्म्यास दृश्य स्वरूपांत पाहतांना त्याच्या अनंतत्वाची जाणीव असूनही तो कारण शरीराशीं (मनाशीं) तादात्म्य पावलेला असल्यामुळें स्वतःस मर्यादित समजतो.

वस्तुतः अनंत असलेला आत्मा स्वतःच्या अनंत स्थितीस पहात असतांनाही मनाशीं तादात्म्य पावल्यामुळें स्वतःला मर्यादित समजतो, हा विरोधाभास येथें उत्पन्न होतो. स्वतःस तो मन समजतो आणि दृश्य वस्तूला परमात्मा मानतो; व नंतर तो दृश्यस्वरूप परमात्मा प्राप्त होण्याचा अभिलाष धरतो, इतकेंच नव्हे तर तो अभिलाष पूर्ण करण्याकरितां भगिरथ प्रयत्न करितो.

ध्येयः—तिसऱ्या अवस्थेंत, आत्म्याची संपूर्ण जाणीव याहूनही अधिक अंतर्मुख किंवा आत्माभिमुख होते व तो कारण शरीराशींही तादात्म्य पावत नाही. याप्रमाणें ध्येयरूप असलेल्या शेवटच्या तिसऱ्या अवस्थेंत, संपूर्ण जाणिवेच्या उत्क्रांतीकरितां ज्या स्थूल, सूक्ष्म व कारण देहांची आवश्यकता होती त्या सर्वांहून स्वतः भिन्न असल्याची जाणिव आत्म्याला होते व या अवस्थेंत स्वतः सर्व जगतांच्या पलीकडे व निराकार असल्याचें आत्मा जाणतो, इतकेंच नव्हे तर एकमेव, अभंग, सद्रूप, व अनंत अशा परमात्म्याशीं स्वतःचें ऐक्य असल्याचा संपूर्ण जाणीवेनें अनुभव घेतो. ह्याप्रमाणें स्वतःचें सत्य स्वरूप जाणल्यावर आत्मा परमात्म्याच्या खऱ्या स्थितीचा अनुभव घेतो व त्याला अनंत आनंद, शांति, शक्ति व ज्ञान लाभतात.

सारांशः—प्रथम आत्म्याला जाणीव (Consciousness) नसते. जाणीव अजून उत्पन्न झाली नसल्यामुळें परमात्म्याचा अंश असूनही त्याला त्याच्याशीं असलेल्या ऐक्याचा किंवा अनन्त, आनंद,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

शांति, शक्ति व ज्ञान या परमात्मास्थितीचा अनुभव घेतां येत नाही. पुढें संपूर्ण जाणीव उत्क्रांत झाल्यावर देखील व स्वतः परमात्म्याचा शाश्वत अंश असूनही तो परमात्मस्थितीचा अनुभव घेत नाही, याचें कारण उत्क्रांतिविशिष्ट संस्कारांमुळें त्याची जाणीव भासमान जगताशीं जखडलेली असते; तसेंच मोक्षपथावर देखील आत्म्याला स्वतःचें ज्ञान नसतें; तर केवळ स्वतःच्याच मायामय छाया असलेल्या स्थूल, सूक्ष्म व कारण जगतांचीच त्याला जाणीव असते. परंतु, मोक्षपथाच्या शेवटीं, आत्मा स्थूल, सूक्ष्म व कारण जगतांविषयींच्या सर्व संस्कारांपासून व वासनांपासून स्वतःस मुक्त करितो, व त्याचप्रमाणें स्थूल, सूक्ष्म व कारण शरीरांशीं तादात्म्य पावल्यामुळें उत्पन्न होणाऱ्या मर्यादितपणाच्या भ्रमापासून स्वतःला सोडविणें त्याला शक्य होतें. या अवस्थेंत आत्मा पूर्णपणें भासमान जगताच्या पलीकडे जातो व त्यास आत्मज्ञान व आत्मानुभव प्राप्त होतो. हें ध्येय गांठण्यासाठीं आत्म्याला संपूर्ण जाणीव तर कायम ठेवली पाहिजेच, परंतु त्याबरोबरच त्याला स्थूल शरीर, सूक्ष्म शरीर (प्राण व वासना) व कारण शरीर (मन) ह्याहून स्वतः भिन्न असल्याचें व त्याचप्रमाणें स्थूल, सूक्ष्म व कारण जगतांच्या पलीकड असल्याचें ज्ञान असलें पाहिजे.

यावरून हें सिद्ध होतें कीं आत्म्याने (१) सर्व संस्कारांपासून स्वतःची सोडवणूक करून व (२) स्वतःस स्थूल, सूक्ष्म व कारण शरीरांहून भिन्न जाणून स्वतःची मिथ्याभासापासून मुक्तता करून घेतली पाहिजे. याप्रमाणें, 'मी स्थूल, सूक्ष्म व कारण शरीर आहें' हा मिथ्या अहंभाव नाहीसा करून आत्म्याने स्वतःस भ्रमापासून मुक्त केलें तरी त्याची संपूर्ण जाणीव कायम राहते; व त्या जाणिवेमुळें त्यास आत्मज्ञान व सद्वस्तुप्रतीति होते. यांतून मुक्त होणें व संपूर्ण जाणिवेने स्वतःचें अनंत परमात्म्याशीं ऐक्य अनुभविणें हेंच आत्म्याच्या दीर्घ प्रवासाचें ध्येय होय.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

भाग पांचवा.

विशिष्ट ध्यानाचे सगुण प्रकार

विशिष्ट ध्यानाचे प्रकारः—तिसऱ्या भागांत विशिष्ट ध्यानाचे तीन प्रकार सांगितले आहेत, ते असे : (१) अनुभवाच्या विषया-संबंधी ध्यान, (२) अनुभव घेणाऱ्या संबंधी ध्यान आणि (३) मनोव्यापारासंबंधी ध्यान. ध्यानाचे हे तिन्ही प्रकार परस्पर संबध्द आहेत, कारण अनुभव घेणारा, अनुभवाचा विषय आणि निर-निराळे मनोव्यापार हे एकमेकांत बांधलेले आहेत. **ध्यानाचे हे तीन प्रकार एकमेकांहून पूर्णपणें निराळे नाहीत; तर ते एकमेकांत गुंफलेले असतात.** म्हणजे अनुभवांतील विषयांचे ध्यानांत अनुभव घेणाऱ्याला व त्याच्या मनोव्यापारांना पूर्णपणें वगळतां येत नाही, तर त्यांचा संबंध राहतोच; अनुभव घेणाऱ्या संबंधींच्या ध्यानांत अनुभवांच्या विषयांचा व मनोव्यापाराचा संबंध राहतो; आणि मनोव्यापारासंबंधीच्या ध्यानांत, अनुभव घेणारा व अनुभवाचा विषयांचा संबंध राहतो. परंतु एका दृष्टीने ध्यानाचा प्रत्येक प्रकार स्वतंत्र व निराळा असतो, कारण प्रत्येक ध्यान-प्रकारांत एखाद्या विशिष्ट भागाचेंच प्रामुख्य असतें. उदाहरणार्थ, पहिल्या प्रकारांत अनुभवांच्या विषयांचें प्रामुख्य असतें; दुसऱ्या प्रकारांत अनुभव घेणाऱ्यांचें प्रामुख्य असतें; आणि तिसऱ्या प्रकारांत निरनिराळ्या मनोव्यापारांचें प्रामुख्य असतें.

विशिष्ट ध्यानप्रकारांच्या वर्गीकरणाचा तक्ताः—ध्यान-विषयाचे स्वरूप आणि ध्यानपध्दति यांना अनुलक्षून ह्या तीन ध्यानप्रकाराचे आणखी पुष्कळ पोटभाग करता येतात. विशिष्ट ध्यानाच्या ह्या विविध प्रकारांपैकीं जे प्रकार महत्वाचे किंवा नमुन्या-लायक आहेत. त्यांकडेच विशेष लक्ष देणें जरूर आहे. ह्या दृष्टीने विशिष्ट ध्यानाच्या बारा प्रकारांची यादी तक्त्यांत दिली आहे.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अ	अनुभवाच्या विषया-संबंधी ध्यानाचे प्रकार	१	सद्गुरूच्या दैवी गुणांचें ध्यान	व्यक्तिपर (personal) ध्यानाचे प्रकार
		२	सद्गुरूच्या मूर्तीचें ध्यान	
		३	अंतःकरणप्रधान (प्रेमयुक्त) ध्यान	
		४	कृतिप्रधान ध्यान (सेवा)	
		५	सृष्टींतील जीवांच्या नाम-रूपांचें ध्यान	व्यक्तिनिरपेक्ष (Impersonal) ध्यानाचे प्रकार
		६	स्वतःच्या शरिरासंबंधी ध्यान	
		७	परमात्म्याच्या अनंत व निराकार स्वरूपाचें ध्यान	
ब	अनुभव घेणाऱ्या संबंधी ध्यानाचे प्रकार	८	कर्त्याचा शोध	
		९	स्वतःला साक्षी समजणे	
क	अनुभवांतील मनो-व्यापारासंबंधी ध्यानाचे प्रकार	१०	स्वतःचे विचार लिहून काढणें	
		११	मनोव्यापार सावधपणें पहात जाणें	
		१२	मन शून्य करणें	

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

व्यक्तिपर आणि व्यक्तिनिरपेक्ष ध्यानः—ह्या वर्गीकरणाच्या यादींत दिलेल्या विशिष्ट ध्यानाच्या बारा प्रकारांपैकीं पहिले चार प्रकार व्यक्तिपर (personal) ध्यानाचे आहेत आणि बाकीचे आठ व्यक्तिनिरपेक्ष (impersonal) ध्यानाचे आहेत. ध्यानाचा विषय व्यक्ति असली म्हणजे त्या ध्यानाला व्यक्तिपर ध्यान म्हणतां येईल; आणि ध्यानाचा विषय मानवी व्यक्तित्वाचें एखादें अंग किंवा मानवी व्यक्तित्वाच्या क्षेत्राबाहेरील एखादी वस्तु असली तर त्या ध्यानाला व्यक्तिनिरपेक्ष ध्यान म्हणतां येईल. विशिष्ट ध्यानांतील व्यक्तिपर प्रकारांचे विवरण ह्या प्रकरणांत केलें आहे आणि व्यक्तिनिरपेक्ष प्रकारांचे विवरण सहाव्या भागांत करण्यांत येईल.

व्यक्तिपर ध्यानाचे विशेष फायदेः—व्यक्तिपर ध्यानाशीं तुलना केली असतां व्यक्तिनिरपेक्ष ध्यानाचे कांहीं स्पष्ट फायदे दिसून येतात. नवशिक्या साधकाला व्यक्तिपर ध्यान सोपें व सुखावह जातें. व व्यक्तिनिरपेक्ष ध्यान रुक्ष व कठीण वाटतें. एखाद्या साधकाला व्यक्तिनिरपेक्ष ध्यानाची विशेष आवड असल्यास गोष्ट निराळी. तसेंच व्यक्तिनिरपेक्ष ध्यानाच्या प्रकारांत मनाला किंवा बुद्धीलाच मुख्यत्वेंकरून शिस्तीचें वळण मिळतें, परंतु व्यक्तिपर ध्यानाच्या प्रकारांत मनाला किंवा बुद्धीला शिस्तीचें वळण तर मिळतेंच पण त्याशिवाय अंतःकरणांत प्रेमही जागृत होतें. आध्यात्मिक पूर्णता मिळण्यासाठी बुद्धि आणि अंतःकरण ह्या दोहोंचा पूर्ण विकास व समतोलपणा प्राप्त करून घ्यावा लागतो. तेव्हां बुध्दि आणि अंतःकरण यांचा विकास व समतोलपणा साधून देण्यास समर्थ असलेल्या व्यक्तिपर ध्यानाला विशेष महत्व आहे. व्यक्तिपर ध्यानाच्या अभ्यासानें साधकाची योग्य तयारी झाल्यानंतरच व्यक्तिनिरपेक्ष ध्यान सफल व परिणामकारक होऊं शकतें.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

आध्यात्मिक पूर्णतेस पोहोचलेला पुरुष व्यक्तिपर ध्यानाकरितां योग्य विषय असतो:—व्यक्तिपर ध्यानाकरतां योग्य विषय म्हणजे आत्मज्ञानसंपन्न पुरुष हेच होत. नेपोलियनविषयी आदरयुक्त व सतत चिंतन करणाऱ्या मनुष्याची प्रवृत्ति नेपोलियन-प्रमाणें होण्याची असते, त्याप्रमाणें एखाद्या आत्मवान् पुरुषाची श्रेष्ठता पटून त्याचें सतत चिंतन केल्यास साधकामध्यें त्याच्या-सारखेंच पूर्ण ज्ञानी होण्याची प्रवृत्ति असते. **विद्यमान सद्गुरु अथवा अवतार किंवा भूतकालांतील सद्गुरु किंवा अवतार हे व्यक्तिपर ध्यानाला योग्य विषय होत,** परंतु व्यक्तिपर ध्यानाचा विषय पूर्ण ज्ञानी पुरुषच असणें महत्वाचें आहे. **व्यक्ति-पर ध्यानाचा विषय आध्यात्मिक दृष्टीनें अपूर्ण असला तर त्याच्या गुणांप्रमाणेच त्याचे दोषही** ध्यान **करणाऱ्या साधकांत उतरण्याचा संभव असतो.** परंतु आध्यात्मिक दृष्टीने पूर्ण अस-लेल्या पुरुषाचें ध्यान केलें म्हणजे साधकाला सुरक्षित व खात्रीचा मोक्षमार्ग मिळतो.

सद्गुरूच्या दैवी गुणांचें ध्यान:—सद्गुरूचे कांही आश्चर्य-जनक व दैवी गुण पाहून साधकामध्यें स्फूर्ति उत्पन्न झाल्यामुळें तो सद्गुरूवर व्यक्तिपर ध्यान करण्याला सुरुवात करतो. **सद्गुरूच्या दैवी गुणांचें मनांत चिंतन करून ते गुण* आपल्या अंगीं बाणवून घेण्याचा साधक प्रयत्न करतो.** सद्गुरु स्वतः चांगल्या व वाईट अशा सर्व गुणांच्या पलीकडे असतो. तो त्या गुणांनीं बांधल्या जात नाही. परंतु, भोवतालच्या मनुष्यांच्या सहवासांत असतांना, त्याचे जे दैवी गुण दिसून येतात ते त्याच्या आचरणांत आविष्कृत झालेल्या पूर्णत्वाच्या निरनिराळ्या बाजू अस-

* विशिष्ठ ध्यानप्रकारांच्या तक्त्यामधील ध्यान नं. १

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

तात; व ते आविष्कृत दैवी गुण दुसऱ्यांना अनुकरण करण्यास योग्य साधन म्हणून उपयोगी असतात. सद्गुरूच्या पूर्णत्वाचे साधकाला ज्ञान झाल्यामुळें सद्गुरु हा विश्वप्रेम, पूर्ण अनासक्ति निरंहकार वृत्ति, निश्चय, अनंत ज्ञान व स्वार्थरहित कृति ह्या दैवी गुणांचे प्रत्यक्ष आगरच आहे, ह्या दृष्टीनें तो सद्गुरूचे सतत चिंतन करतो. कधीं ह्या पृथक् गुणांचे तर कधीं ह्या गुणांच्या परस्पर संयोगाचें मूर्तरूप ह्या दृष्टीने तो सद्गुरूचें चिंतन करतो. ध्यानाचा हा प्रकार स्वयंस्फूर्त असला तर फार उपयोगी असतो, कारण त्यामुळें **सद्गुरुविषयक ज्ञान वाढत जाऊन साधक हळूहळू सद्गुरूसारखा होत जातो;** व अशा प्रकारें साधकाची **आत्मसाक्षात्कारास आवश्यक असणारी तयारी होते.**

सद्गुरूच्या मूर्तीवर चित्त एकाग्र करणें——पुष्कळ वेळां सद्गुरूच्या दैवी गुणांचें चिंतन केल्याने सद्गुरूच्या मूर्तीवर चित्त एकाग्र करणें सुलभ होते. + ह्या ध्यानप्रकारामध्यें साधकास सद्गुरूच्या पूर्णतेची जाणीव असते; परंतु तो त्या पूर्णतेमध्यें अनस्यूत असलेल्या गुणांचें पृथक्करण करावयाच्या भानगडींत न पडता सद्गुरूच्या मूर्तीवरच आपलें चित्त सहजपणें एकाग्र करतो. ह्या ध्यानप्रकारांत साधक जरी सद्गुरूच्या दैवी गुणांचें पृथकत्वाने चिंतन करीत नसला, तरी पूर्वीच्या गुणविषयक ध्यानप्रकारामुळे साधकाला जी सद्गुरूच्या दैवी गुणांची जाणीव होते ती साधकाचें चित्त एकाग्र होण्यास कारणीभूत होऊन चित्तैकाग्र्य महत्वपूर्ण व परिणामकारक करते. ध्यानाच्या ह्या प्रकारांत आध्यात्मिक ध्येय आणि सद्गुरु यांत भेद केला जात नाही.

+ विशिष्ट ध्यानप्रकारांच्या तक्त्यामधील ध्यान नं २

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अंतःकरणप्रधान ध्यानः—आध्यात्मिक ध्येय व सद्गुरु एकच आहेत या जाणिवेमुळें साधक व सद्गुरू यांचे-मधील सर्व अडथळे नाहीसे होतात. त्यामुळें सद्गुरूबद्दल अनिर्बंध व मर्यादारहित प्रेमाचा प्रवाह उत्पन्न होऊन सद्गुरूचे सतत, प्रीतियुक्त व अंतःकरणप्रधान चिंतन करण्यास सुरुवात होते. * हें प्रेम साधकामधील विभक्तपणाच्या (म्हणजे आपण सद्गुरूहून निराळे आहोत या) भ्रमाचा संपूर्ण नाश करते; आणि **ह्या प्रेमांत जितकी स्वयंस्फूर्तता असते तितकी ध्यानाच्या दुसऱ्या कोणत्याही प्रकारांत अनुभवास येत नाही.** अखेरच्या पायरीवर अंतःकरणप्रधान ध्यानामध्यें अमर्याद आनंद आणि स्वतःचा पूर्ण विसर हेंही प्राप्त होतात.

कृतिप्रधान ध्यानाचे प्रकारः--सद्गुरूवरील प्रेमामुळें साधकाचे सद्गुरूशीं वाढत्या प्रमाणांत तादात्म्य होत जातें; आणि यामुळे तो आपलें स्वतःचें मर्यादित अस्तित्व विसरून आपलें जीवन सद्गुरुप्रीत्यर्थ घालविण्याची इच्छा करतो. याप्रकारें, कृतिप्रधान ध्यानाला सुरुवात होते.+ कृतिप्रधान ध्यानाचे महत्वाचे प्रकार बहुधा पुढीलप्रमाणें असतात : (अ) साधक आपलें सर्वस्व सद्गुरूला अर्पण करतो; म्हणजे आपले सर्व गुण व दोष त्यांचा पूर्ण त्याग करतो; त्यामुळें तो आपल्या अहंतेच्या चांगल्या व वाईट अशा सर्व घटकांपासून मुक्त होऊन त्याचे उल्लंघन करण्यास समर्थ होतो, इतकेंच नव्हे तर सद्गुरूशीं कायमचें ऐक्य होण्यास तो लायक होतो. (ब) सद्गुरूकरतां व त्याच्या कार्याकरितां साधक स्वयंसेवक होतो. सद्गुरूची

---

* विशिष्ट ध्यानप्रकारांच्या तक्त्यामधील ध्यान नं ३.

\+ विशिष्ट ध्यानप्रकारांच्या तक्त्यामधी ध्यान नं ४.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

स्वार्थरहित सेवा करण्याला ध्यानाइतकेंच महत्व आहे. (क) चांगल्या व वाईट, लहान व मोठ्या अशा आपल्या कोणत्याही कर्मांत साधक अहंतेला वाव मिळूं देत नाही. तो 'मी करतो' असें चिंतन मुळींच करीत नाहीं. तर उलट, 'मी जें जें कर्म करतो तें सर्व वास्तविक सद्गुरूच माझ्या शरीराच्या द्वारें करतो' अशी विचारसरणी साधक पद्धतशीरपणें वाढवीत जातो. उदाहरणार्थ तो पहात असतांना 'सद्गुरूच पहात आहे' असें तो मनन करतो. स्वतः खात असतांना 'सद्गुरूच खात आहे', स्वतः निजला असतांना 'सद्गुरूच निजला आहे', स्वतः मोटार चालवीत असतांना 'सद्गुरूच मोटार चालवित आहे', एवढेंच नव्हे तर त्याच्या हातून एखादी चूक झाली तर 'सद्गुरूनींच ही चूक केली' असें तो मनन करीत असतो. अशाप्रकारें सर्व कर्मांच्या कर्तृत्वाचा त्याग करून तो आपली सर्व कर्में सद्गुरूलाच समर्पण करतो. **साधकाने स्वतःच्या मनाला अशी सवय लावली म्हणजे सद्गुरूमध्यें त्याला दिसत असलेल्या आदर्शानेंच (ideal) त्याच्या प्रत्येक कर्मांचे नियंत्रण आपोआप होते.**

व्यक्तिपर ध्यानाचे हे चार प्रकार चार चढत्या पायऱ्या आहेत:—सद्गुरुविषयक व्यक्तिपर ध्यानाचे हे चार प्रकार म्हणजे खालीलप्रमाणें चार मुख्य चढत्या पायऱ्या दिसून येतात; (१) **सद्गुरूंत** आध्यात्मिक ध्येय पाहणें, (२) **आध्यात्मिक ध्येयाचे मूर्तरूप** ह्या दृष्टीनें **सद्गुरूवर चित्त एकाग्र करणें;** (३) आध्यात्मिक ध्येयाचें मूर्तरूप ह्या दृष्टीनें सद्गुरुवर प्रेम करणें; (४) आणि सद्गुरूमध्यें दिसून आलेले आध्यात्मिक ध्येय **आपल्या स्वतःच्या जीवनांत व्यक्त करणें;** ह्या निरनिराळ्या रीतींनीं सद्गुरुविषयक व्यक्तिपर ध्यान केल्यानें आध्यात्मिक सिद्धीला

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

आवश्यक असलेल्या **निर्मितिक्षम** (creative) **जीवनाचा मार्ग मोकळा होतो.** सद्गुरूचें स्थान हें पूर्णतेबद्दलच्या रुक्ष कल्पनांचें ध्यान नसून मूर्तरूप ध्येयाचें ध्यान आहे म्हणून गुरुध्यानांत कार्यक्षम शक्ति निर्माण होते. ह्या शक्तीच्या सहाय्यानें साधक कल्पित आदर्श व कृति ह्यांत मेळ बसवून तो आपल्या स्वतःच्या दररोजच्या कृतींमध्यें आध्यात्मिक ध्येय उतरवूं शकतो. **सद्गुरुप्रमाणेंच साधकानेही आपले स्वतःचें जीवन आध्यात्मिक ध्येयानें प्रेरित व प्रकाशित करावें हेंच सर्व व्यक्तिपर ध्यानप्रकारांचें अंतिम उद्दिष्ट आहे.**

भाग सहावा

विशिष्ट ध्यानाचे व्यक्तिनिरपेक्ष प्रकार

व्यक्तिपर (personal) **आणि व्यक्तिनिरपेक्ष** (Impersonal) **ध्यानामधील फरक**:—पाचव्या भागांत व्यक्तिपर प्रकारांचे विवरण झालें. ह्या भागांत विशिष्ट ध्यानाच्या व्यक्तिनिरपेक्ष प्रकारांचें वर्णन करण्यांत येईल. ह्या बाबतींत लक्षांत ठेवण्यासारखी गोष्ट ही आहे कीं, जेव्हां ध्यानाचा विषय व्यक्ति असते तेव्हां त्याला व्यक्तिपर ध्यान म्हटलें आहे; आणि जेव्हां ध्यानाचा विषय (अ) व्यक्तित्वाचे निरनिराळे घटक अथवा (ब) मानवी व्यक्तित्वाच्या क्षेत्राबाहेरील एखादें तत्व असतें, तेव्हां त्या ध्यानाला व्यक्तिनिरपेक्ष ध्यान म्हटले आहे. पांचव्या भागांत ध्यानाच्या वर्गीकरणाचा जो तक्ता दिला आहे, त्यातील पहिले चार प्रकार

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

व्यक्तिपर ध्यानाचे आहेत. आणि बाकीचे आठ प्रकार व्यक्तिनिरपेक्ष ध्यानाचे आहेत. व्यक्तिपर ध्यानप्रकाराप्रमाणेंच व्यक्तिनिरपेक्ष ध्यानप्रकारांचे सुद्धां पृथकत्वानें स्पष्ट विवरण करणें आवश्यक आहे.

सृष्टींतील जीवांच्या नामरूपांचें ध्यान:—मनुष्याचें आसक्तियुक्त लक्ष स्वतःच्या किंवा दुसऱ्याच्या देहांतून व्यक्त होत असलेल्या आत्म्यावर न जडतां आत्म्याच्या केवळ बाह्य देहरूप आकारावर वेधल्या जातें. त्यामुळें भ्रम आणि गोंधळ उत्पन्न होत असतो. म्हणून नामरूपात्मक असंख्य देहांच्या आकारांचे खरें महत्व समजून त्यांच्याबद्दल यथार्थ भाव उत्पन्न होण्याकरतां त्यांच्या विषयीं सम्यक् दृष्टि मिळविली पाहिजे. व अशी सम्यक् दृष्टि मिळण्याकरतां विशिष्ट प्रकारच्या ध्यानाची आवश्यकता आहे. त्यासाठीं योग्य ध्यानाचा प्रकार म्हणजे '**सर्व नामरूपात्मक देह एकाच सर्वव्यापी परमात्म्याचीं व्यक्त स्वरूपें आहेत आणि त्यांच्या बाह्यात्कारी भासणाऱ्या निराळेपणांत मुळींच सत्य नाहीं.**' असा विचार सतत दृढ करून त्याची मनाला सवय लावणें, हा आहे.* ह्या ध्यानाच्या अभ्यासाने मनुष्य व्यक्त सृष्टीच्या बंधनांतून मोकळा होतो; आणि सर्व मानव आणि इतर प्राणी हे सर्व एकाच विश्वात्म्याचे अंश आहेत असा दृढ निश्चय व अत्युच्च विश्वप्रेम यांचा विकास होतो.

स्वतःच्या शरीरासंबंधी ध्यान:—चैतन्यपूर्ण व्यक्त सृष्टींतील असंख्य शरीरांच्या ह्या ध्यानाला आपल्या स्वतःच्या शरीरासंबंधींच्या सम्यक्ध्यानाची जोड नसली तर तें अपूर्ण राहतें. दुसऱ्याच्या शरीराप्रमाणेंच आपलें स्वतःचें स्थूल, सूक्ष्म अथवा कारण शरीरही सर्वव्यापी आत्म्याचेंच एक रूप आहे. परंतु

* विशिष्ट ध्यानप्रकारांच्या तक्त्यांतील ध्यान नं. ९

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

जाणिवेला स्वतःच्या शरीराबद्दल साधारणतः इतकी पराकाष्ठेची आसक्ति असते कीं ती त्या शरीरांशीं तादात्म्य पावते. 'शरीराहून मी अगदीं निराळा आहे' ह्याचें सतत मनन * केलें असतां जाणिवेची देहात्मभावापासून मुक्तता होऊन खऱ्या आत्मज्ञानाचा उदय होतो. ह्या प्रकारचें ध्यान साधकाला फार उपयोगी असतें. स्थूल, सूक्ष्म व कारण शरीरेंही वाटेल तेव्हां घालण्याची किंवा काढून टाकण्याची वस्त्रें आहेत ह्याची प्रतीति त्याला ह्या ध्यानाने येऊं शकते.

परमात्म्याच्या निराकार व अनंत स्वरूपाचें ध्यानः— चैतन्यपूर्ण व्यक्त सृष्टींतील शरीरें व त्याचप्रमाणें स्वतःचीं शरीरें ह्यांच्यासंबंधीं जे ध्यानप्रकार सांगितले ते दोन्ही प्रकार पुढील निर्गुण ध्यानाची पूर्वतयारी करतात. निर्गुणध्यानांत सजीव सृष्टींतील असंख्य शरीरांच्या व स्वतःच्या देहांच्या आकारावरून जाणिवेला काढून घेऊन तिला परमात्म्याच्या अनंत व निराकार स्वरूपांमध्यें स्थिर करण्याचा अभ्यास करण्यांत येतो × अशा निर्गुण ध्यानांमध्यें सुरुवातीला अनंततेच्या एखाद्या प्रतीकाचा (Symbol) उपयोग करावा लागतो. निर्गुण ध्यानांत अनंततेच्या बुद्धिनिर्मित कल्पनेपेक्षां आकाश, महासागर अथवा विशाल पोकळी ह्यासारख्या प्रतिकांचाच सुरुवातीला अधिक उपयोग होतो. आकाश, किंवा महासागर ह्यांच्या (Image) प्रतिमेवर मन स्थिर करावें, परंतु कोणत्याही प्रतीकाची एक वेळ निवड केल्यावर पुढें ध्यानाभ्यासांत त्याच प्रतिमेचा उपयोग करावा. त्याऐवजीं दुसऱ्या एखाद्या प्रतीकाचा उपयोग करूं नये. ह्या प्रतीकांपैकीं पूर्ण व अमर्याद पोकळीची कल्पना करणें कठीण असते; परंतु अशा पोकळीची यशस्वी रीतीने कल्पना करतां आली

* विशिष्ट ध्यानप्रकारांच्या तक्त्यांमधील ध्यान नं ६

× विशिष्ट ध्यानप्रकारांच्या तक्त्यामधील ध्यान नं. ७

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

तर हे प्रतीक निवड करण्यास उत्कृष्ट आहे. अनंतत्वाचा बोध करून घेण्यास जरी पूर्ण व अमर्याद पोकळीचा प्रतीक म्हणून उपयोग केला तरी त्यामुळें मन कल्पनाशून्य होत नाही. पूर्णशून्यता किंवा मनोलय साधला म्हणजे मनोव्यापार पूर्णपणें नष्ट होऊन मन कल्पनारहित व निर्विचार बनतें परंतु ह्या ध्यानांत परमेश्वराच्या अनंततेचा व निराकारतेचा बोध करून घेण्याकरितां प्रतीकाची गरज असते.

स्वतःमध्येच अनंतत्वाची कल्पना करणें:— निर्गुण ध्यानाचीच दुसरी एक महत्वाची रीत आहे. ह्या पद्धतीमध्यें अनंतत्व म्हणजे साधकाच्या बाहेर पसरलेली एखादी वस्तु आहे अशी कल्पना केली जात नाही अनंतत्व साधकांच्या अंतर्यामींच आहे असें समजणें अधिक उपयोगी असतें. अनंतत्व, आपल्याआंतच आहे अशी कल्पना करून 'मी आकाशाएवढा व अनंत आहे', 'मी महासागराएवढा अनंत आहे' असें मनानेच म्हणून आपलें अनंतत्वाशीं ऐक्य आहे असा साधकाने निश्चय करावा. 'मी अंतर्यामिचें अनंतत्व आहे' हें साधें सिद्धांतवाक्य देखील ह्या ध्यानपद्धतीस योग्य विषय होऊं शकेल, आणि मनानेच हें वाक्य उच्चारीत असतांना आपण निवडलेल्या प्रतीकाच्याद्वारा अनंततेचा अर्थ लक्षांत आणून त्याचा अनुभव घेण्याचा प्रयत्न करावा. सिद्धांतवाक्यांतील सर्व शब्द मनांत म्हणण्याची आवश्यकता नाही. सिद्धांत वाक्यांतील भावार्थ मनासमोर ठेवला म्हणजे पुरे.

'मी अनंत आहे' ह्या ध्यानाभ्यासाने परमात्म्याच्या निराकार व अनंत स्वरूपांत मिळून जातां येतें. कांही साधक ह्या ध्यानांत इतके तल्लीन होतात कीं त्यांच्या जवळून डासांचे थवे गोंगाट करीत गेले तरी त्यांना त्याचे भान रहात नाही. कांहीं साधक बेचैन होतात व त्यांचे ध्यान सहज भंग पावतें. परंतु ऐक्यानुभव

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

आला नाही तरी, ध्यानांत यश येत नाही म्हणून चिंता न करतां साधकाने आपला ध्यानाभ्यास तत्परतेने चालू ठेवावा. ध्याना-भ्यासांत शरीर ढिलें सोडणें (Relax) हें समरस होण्याला सहाय्यक असते; **परंतु सद्गुरूच्या मदतीवाचून अंतिम ऐक्य होणें शक्य होत नाहीं.**

कर्त्याचा शोधः—आतापर्यंत कांहीं व्यक्तिनिरपेक्ष ध्यान-प्रकारांचें वर्णन झालें. व्यक्तिनिरपेक्ष ध्यानाचे कांहीं प्रकार अनुभव घेणाऱ्या संबंधी असतात. ह्या ध्यानाचा एक महत्वाचा प्रकार असा आहे कीं त्यांत '**सर्व कर्मांचा कर्ता कोण आहे ?**' हा प्रश्न सोडविण्याचा सतत नेटाचा प्रयत्न करण्यांत येतो.* साधकाला आढळून येतें कीं, 'मी निजतो, मी चालतो, मी खातो, मी बोलतो, मी पहातो, मी ऐकतो, मी विचार करतो, मी अनुभव घेतो, मी इच्छा करतो' अशा प्रकारचे विचार तो करीत असतो. "हा मी कोण आहे ?" हाच महत्वाचा प्रश्न ह्या ध्यानप्रकारांत साधकासमोर असतो. वास्तविक पाहतां आत्मा वरील कोणत्याही गोष्टी करीत नाही. आत्मा निजत नाही, चालत नाही, खात नाही, बोलत नाही, विचार करीत नाही, इच्छाही करीत नाही; तर मग ह्या सर्व कर्मांचा खरा कर्ता कोण ? ह्या सर्व क्रियांचें मूळ शोधून जीवनांतील रहस्याचा खुलासा करणें जरूर आहे. ह्या सर्व क्रिया करणारी एक शक्ति आहे; आणि या शक्तीहून स्वतःस भिन्न जाणून साधकाने तिचा अनासक्तिपूर्वक व वैराग्यपूर्वक उपयोग करण्यास शिकले पाहिजे. साधकाला वाटतें कीं 'मी चालतों'; परंतु वस्तुतः त्याचे शरीर चालत असतें; साधकाला वाटतें कीं मी पहातो, ऐकतो; विचार करतो, अनुभव घतो व इच्छा करतो;' परंतु खरें पाहिले

---

* विशिष्ट ध्यान प्रकारांच्या तक्त्यातील ध्यान नं. ८.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

असतां हीं सर्व कर्मे त्याचें मन कोणत्या तरी योग्य साधनाचे साहाय्याने करीत असते. आत्मदृष्टीने साधक सर्वत्र असतो आणि काहींच करीत नाही परंतु आत्मा सर्वत्र असून अकर्ता आहे असा केवळ विचार करून भागत नाही; तर साधकाचा तसा **स्वानुभवाने पूर्ण निश्चय झाला पाहिजे.**

स्वतःला साक्षी समजणें:—ध्यानाच्या आणखी एका किंचित् निराळ्या प्रकाराने सुद्धा आत्म्याचें ज्ञान होऊं शकतें. ह्या प्रकारांत साधक स्वतःला शारिरिक व मानसिक कर्मांचा केवळ साक्षी असल्याचा अनुभव घेण्याचा प्रयत्न करितो. * स्वप्नांतून जागा झाल्यावर मनुष्याला अनुभव येतो कीं आपण स्वप्नांतील कर्मांचा कर्ता नसून त्यांचा केवळ साक्षी होतो. 'जागृतींत व स्वप्नांत अनुभवास येणाऱ्या सर्व शारिरिक व मानसिक कर्मांचा आपण स्वतः केवळ साक्षी आहोत' हें मानण्याची संवय सतत दीर्घ प्रयत्नांनें वाढवीत गेल्याने साधकाची कर्मविषयक अनासक्ति वाढून संसारातील घडामोडींपासून उत्पन्न होणाऱ्या सुखदुःखांतून तो मुक्त होतो. ह्या ध्यानाने साधक कालाच्या बंधनांतून पार पडतो; आणि मर्यादित शक्तीच्या परस्परविरोधी क्रियांतून त्याची सुटका होते. कालाच्या अवधींत घडून येणाऱ्या सर्व कर्मांचा केवळ साक्षी ह्या नात्याने आत्मा अगदीं अलिप्त राहतो; आणि कर्मफलामुळें आत्म्याला बंधन होत नाही. ह्याचा केवळ मनाने विचार करून भागत नाही; तर स्वतः अनुभव घ्यावा लागतो.

मन शांत करण्याचे महत्व:—अनुभव घेणाऱ्या संबंधीं जे ध्यानप्रकार असतात, त्यांच्यामध्यें एक मुख्य अडचण असते. खरा कर्ता व्यावहारिक दृष्टीनें ध्यानाचा किंवा विचाराचा विषयच होणें

---

* विशिष्ट ध्यानप्रकारांतील तत्वांतील ध्यान नं. ९

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

शक्य नसतें. म्हणून, ह्या ध्यानाभ्यासानें साधकाला फार तर आत्म-साक्षात्कार जवळ आणतां येईल; परंतु मनाचें क्षेत्र पूर्णपणें ओलांडल्यानंतरच खऱ्या आत्मज्ञानाचा पूर्ण उदय होऊं शकतो. म्हणून विशिष्ट ध्यानाचे कांहीं व्यक्तिनिरपेक्ष प्रकार मनाच्या व्यापारांसंबंधीं असतात; व त्यांचे अंतिम उद्दिष्ट म्हणजे मन पूर्णपणें प्रशांत करणें हाच असतो.

स्वतःचे विचार लिहून काढणें—विचार किंवा कल्पना यांजवर ताबा मिळविण्यासाठीं प्रथम ते विचार कोणकोणते आहेत ह्याची जाणीव असली पाहिजे. विचारांचें नियंत्रण करण्यापूर्वीं त्यांच्याकडे लक्ष दिलें पाहिजे. सामान्य निरीक्षणाच्या प्रसंगीं मनांत येणाऱ्या सर्व अंधुक विचारांकडे लक्ष पुरविणें नवशिक्याला नेहमी शक्य होत नाहीं. म्हणून मनांत विचार येत असतांना ते सर्व विचार कधीकधी लिहून काढणे व रिकाम्या वेळीं त्यांचे काळजीपूर्वक निरीक्षण करणें साधकास हितावह असतें.*

ही क्रिया पूर्व योजनेस अनुसरून एखादा लेख लिहिण्यापेक्षां फार निराळी आहे. ह्या क्रियेंत विचारांना कोणतेंही नियंत्रणद्वारा वळण द्यावयाचें नसतें. मनांत जसजसे विचार उत्पन्न होतात तसतसे त्यांना येऊं द्यावे; व नेणीवयुक्त (Subconscious) मनांत दाबलेल्या विचारांना जाणीवयुक्त (Conscious) मनापुढें येण्याची पूर्ण मोकळीक असावी.

मनोव्यापार सावधपणें पहात जाणें:—जास्त प्रगति झाली म्हणजे जाणीवेसमोर विचार येत असतांना, मनोव्यापाराविषयीं अधिक सावधानता राखतां येते, आणि मनांतील विचार काढण्याची जरूर रहात नाहीं. मानसिक क्रियांकडे लक्ष ठेवीत असतांनाच

---

* विशिष्ट ध्यानप्रकारांच्या तक्त्यामधील ध्यान नं. १०

पुस्तकालय गुरुकुल कांगड़ी
CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

विचारांच्या गुणदोषांचेही निरिक्षण चालू ठेविलें पाहिजे.* कारण विचारांना अंतिम महत्व नाहीं हें बुद्धीला पटल्या खेरीज विचारांचे नियंत्रण करतां येत नाही. जेव्हां मनांत येणाऱ्या विविध प्रकारच्या विचारांची गुणदोषात्मक योग्यता कळते आणि संस्कारांच्या अंतस्थ खळबळीला तोंड देऊन, विचारांची निरर्थकता बुद्धीला पटते तेव्हांच विचाराविषयींचा सर्व मोह व विचाराबद्दलची आसक्ति यापासून मनाची मुक्तता होते.

मन शून्य करणें:—वरील ध्यानाभ्यासाने मन शून्य करण्याचा प्रयत्न ज्यांत केला जातो अशा प्रकारच्या नवीन ध्यानाची पूर्वतयारी केली जाते.+ मनाला निर्विचार करण्यांत यश मिळविणें हें अत्यंत कठीण कार्यांपैकी एक कार्य आहे. झोपेमध्यें मनांत कोणतेही विचार किंवा विकार नसतात; परंतु तेव्हां जाणीव अस्तास गेली असते; जाणिवेचा अंमल चालू असतांना, मन निर्विचार होण्यासाठीं जेव्हां एखाद्या विचाराची मदत घेत असते तेव्हां मन खरोखर त्या विचाराचेंच चिंतन करीत असतें; व म्हणून ते अशावेळीं वास्तविकपणें निर्विचार नसते. परंतु दोन विरुद्धधर्मी ध्यानप्रकारांचा अभ्यास आलटून पालटून केल्यानें मन निर्विचार करण्याचे कठीण कार्यही सुसाध्य होतें. ह्या विशिष्ट ध्यानाभ्यासामध्यें मनास एकाग्रता आणि व्यग्रता ह्या दोहोंच्या कात्रीमध्यें पकडतात

एकाग्रता आणि व्यग्रता ह्यांची आलटपालट:—ह्या विशिष्ट ध्यानाभ्यासामध्यें साधकानें आपलें मन सद्गुरूवर पांच मिनिटें एकाग्र करावें; आणि सद्गुरूच्या आकारावर मन एकाग्र झाल्यानंतर पुढील पांच मिनिटें 'मी अनंत आहे' ह्या निर्गुण

---

* विशिष्ट ध्यानप्रकारांच्या तक्त्यामधील ध्यान नं. ११

+ विशिष्ट ध्यानप्रकारांच्या तक्त्यामधील ध्यान नं. १२

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ध्यानांत घालवावी. ह्या दोन्ही ध्यानाच्या प्रकारांतील विषमतेवर परिस्थितीप्रमाणें विशेष जोर द्यावा. उदाहरणार्थः--सद्गुरूच्या ध्यानाचेवेळीं डोळे उघडे ठेवावे; आणि निर्गुण ध्यानाचेवेळीं डोळे लावून ध्यावे ही आलटपालट मन निर्विचार करण्यास फार उपयोगी असते. परंतु, ह्यांत यश येण्यासाठीं हीं दोन्ही ध्यानें चालली असतां गंभीरपणा ठेवावा लागतो. म्हणजे, पांच मिनीटांनी दुसरे ध्यान करावें लागणार असलें तरी पहिल्या ध्यानाचा अभ्यास चालला असतां त्या दुसऱ्या ध्यानाची कल्पना मुळींच करूं नये. कारण एकाग्रता झाल्यावाचून व्यग्रताच होत नाही. परंतु, पालट करून दुसरें ध्यान सुरु केलें म्हणजे त्यांत पहिल्या ध्यानाची कल्पना करू नये. एकाग्रता व व्यग्रता ह्या दोन्ही पूर्णपणें साधल्या पाहिजेत. एकाग्रता आणि व्यग्रता ह्यांची उलटापालट केली म्हणजे मनाचे व्यापार जणूं मागेपुढें जाणाऱ्या करवतीनें कापल्या जातात; सर्व प्रकारचे मनोव्यापार नाहींसे झाले म्हणजे जाणिवेचा अंमल कायम राहून मन पूर्णपणें प्रशांत होतें.

पूर्णपणें शांत झालेल्या मनांत सत्य प्रतिबिंबित होतेंः— साधकाच्या मनांत येणारे सर्व विचार चित्तक्षोभाचेच दर्शक असून ते सर्व संचित संस्कारांच्या गतीमुळे उत्पन्न होतात. जेव्हां साधकाला आपले सर्व विचार वाटेल तेव्हां मनांतून काढून टाकण्याची जेव्हां शक्ति येते, तेव्हांच मनाची प्रक्षुब्ध स्थिति नाहींशी होते. सरोवराचा पृष्ठभाग शांत असला म्हणजे त्यांत ताऱ्यांचे प्रतिबिंब दिसतें, **त्याचप्रमाणें मन शांत असेल तरच त्यांत आत्म्याच्या सत्य स्वरूपाचे हुबेहूब प्रतिबिंब पडतें.**

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

भाग ७ वा

सहजसमाधि

सहजसमाधि निरुपम आहे:—मोक्ष मार्गांत जाणीवपूर्वक प्रवेश करण्यापूर्वी मनुष्य निरनिराळ्या प्रकारांचे जें चिंतन करतो त्याची त्याचप्रमाणें साधक बनल्यावर ज्या निरनिराळ्या सामान्य व विशिष्ट ध्यानप्रकारांचा अभ्यास करतो त्यांची अंतिम परिणति सहजसमाधीच्या सर्वोत्तम अवस्थेमध्ये होते. जीवनाचें ध्येय प्राप्त झालें म्हणजे साधक सहजसमाधींत कायमचा स्थिर होतो. सिद्ध पुरुषाची सहजसमाधि ही ध्यानाच्या सर्व पूर्वप्रकाराचा उत्तर भाग किंवा कळस असून एका दृष्टीने सर्व ध्यानप्रकारांची पूर्णता किंवा अंतिम उद्दिष्ट आहे. त्याबरोबरच सहजसमाधि इतर सर्व ध्यान-प्रकारांहून निराळ्या स्वरूपाची असून तिचा दर्जा अगदी निराळा आहे.

प्रापंचिक मनुष्याचें व्यावहारिक ध्यानप्रकार:—ज्याने मोक्षमार्गांत प्रवेश केला नाही अशा प्रापंचिक मनुष्याच्या नेहमीच्या चिंतनांत भासणारी सहजता (Spontaneity) भ्रमात्मक असते, परंतु सहजसमाधींत अनुभवास येणारी सहजस्फूर्तता या भ्रमात्मक सहजतेहून अगदी निराळी असते. ह्या दोहोंतील फरक लक्षांत ठेवला पाहिजे. सांसारिक मनुष्याचें मन वैषयिक पदार्थांमध्यें किंवा दुसऱ्या गोष्टी अथवा व्यासंग ह्यांत रममाण होतें; आणि ह्या वस्तूंच्या चिंतनांत त्याला कोणत्याही प्रकारचे प्रयास पडत नाहीत. मनाला त्या वस्तूंविषयीं गोडी वाटते; व म्हणून त्यामध्यें मन रममाण होते. त्या वस्तूंमध्यें लावण्यासाठीं त्याला बुद्धिपुरःसर कोणतेही सायास करावे लागत नाहीत. प्रयास जे करावे लागतात ते मनाला

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

विषयांचे चिंतन करण्याकरितां नव्हे तर उलट मनाला विषयांपासून परावृत्त करण्यासाठींच करावे लागतात. म्हणून व्यावहारिक ध्यानाचे प्रकार आणि सहजसमाधि ह्यांमध्ये एक प्रकारचें साम्य दिसून येतें; ते हे कीं ह्या दोन्ही स्थितींत एक प्रकारचा सहजपणा असतो. परंतु ध्यानाच्या प्राथमिक व अंतिम अवस्थेंत दिसून येणारे हे साम्य वरपांगीच आहे, कारण व्यावहारिक ध्यान आणि सहजसमाधि ह्यांत आध्यात्मिक महत्वाचें दुसरे पुष्कळ मूलभूत फरक आहेत.

व्यावहारिक ध्यानांतील भ्रमात्मक सहजता संस्कारजन्य आसक्तीमुळें उत्पन्न होत असते:—संसारांतील विषयांच्या छंदांत म्हणजे व्यावहारिक ध्यानप्रकारांत अनुभवास येणाऱ्या सहजतेचें कारण ते संस्कारामुळें झालेलें आहेत हे होय. व्यावहारिक ध्यानप्रकार भूतकाळच्या संचित संस्काराच्या गतीमुळें उत्पन्न होतात. व्यावहारिक ध्यानप्रकार खऱ्या स्वातंत्र्याची लक्षणें नसून ते आत्म्याच्या बंधनाचे द्योतक आहेत. सांसारिक स्थितींत मोक्षरूपी ध्येयाचे मनुष्याला गाढ अज्ञान असतें; आणि व्यावहारिक ध्यनांत मनुष्याला खरें सुख व समाधान प्राप्त होत नसलें तरी तो संस्कारजन्य आसक्तींत इतका गढून गेला असतो की ते संस्कार वाढविण्यांतच त्याला सुख वाटतें. परंतु मनुष्याला अशाप्रकारच्या व्यावहारिक व्यासंगापासून मिळणारें सुख पराधीन व क्षणभंगुर असतें; आणि विषयचिंतनांत अनुभवास येणारी सहजता भ्रमात्मक असते, कारण विषयांच्या छंदात लागलेले मन मर्यादित क्षेत्रांत वावरत असतें.

खरें स्वातंत्र्य आणि खरी सहजस्फूर्तता फक्त सहज समाधींतच असते:—संस्कारांच्या बंधनांपासून व तज्जन्य आसक्तीपासून मन पूर्णपणें मुक्त झाल्यानंतरच ते खऱ्या स्वातंत्र्याचा आणि सहजतेचा अनुभव घेण्यास समर्थ होतें. सिद्ध पुरुषांच्या

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

सहजसमाधीच्या स्थितींत मन स्थिर झालें म्हणजेच हा अनुभव शक्य असतो. सांसारिक मनुष्याचे व्यावहारिक ध्यानप्रकार आणि सिद्ध-पुरूषांची सहजसमाधि ह्यांच्यात सहजतेच्या बाबतींत जरी वरपांगी साम्य दिसत असले तरी त्या दोहोंत वास्तविक महदंतर असतें, हा मुद्दा महत्वाचा व लक्षांत ठेवण्यासारखा आहे. एकाची सहज-जता भ्रमात्मक असते तर दुसऱ्याची खरी असत; एकाची बद्ध-स्थिति असते तर दुसऱ्याची मुक्तस्थिति असतें; आणि एकाचें सुख क्षणभंगुर असतें तर दुसऱ्याचें नित्य असतें. **अध्यात्मध्यानांत मनाचा व्यापार अज्ञानयुक्त संस्कारांच्या प्रेरणेनें होतो तर उलट सहजसमाधींत मनाचा व्यापार जाणीवयुक्त व अनिबंध स्फूर्तीने होत असतो.**

साधकाचें ध्यान हें त्याच्या बंधमुक्त होण्याच्या प्रयत्नांचा एक भाग आहेः— सिद्ध पुरुषांची सहजसमाधि आणि सांसारिक मनुष्याचे व्यावहारिक ध्यानप्रकार ह्या दोहोंमध्यें साधकाच्या जीवनांत दिसून येणारे निरनिराळे आध्यात्मिक ध्यानप्रकार येतात व हेच त्या दोहोंना सांधणाऱ्या साखळींचें काम करतात. संस्कारजन्य आसक्तीच्या प्रवाहांत वाहत असतांना जेव्हां मनुष्याला मोठा धक्का बसतो किंवा अपयश आणि दुःख यांनी तो जेरीस येतो किंवा जेव्हां त्याला आत्मज्ञानाची इच्छा होते तेव्हांच त्याला आपल्या बंधनाची व भ्रमात्मक दृष्टीची जाणीव होते; आणि **ध्यानाचे जे निरनिराळे प्रकार साधक अभ्यासांत आणतो ते भ्रममूलक विषयवासनांच्या बंधनांतून सुटण्याकरितां त्याने केलेले प्रयत्न होत.** मनुष्य जेव्हां साधक बनतो तेव्हांच आध्यात्मिक दृष्टिने महत्वाच्या असलेल्या ध्यानप्रकारास सुरूवात होते.

साधकाचे ध्यान आयासयुक्त असतेंः—साधकाच्या ध्यानाचे सर्व प्रकार आयासयुक्त असून मुद्दाम व बुद्धिपुरःस्सर करावे

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

लागतात; कारण त्यांचा उपयोग मनांतील विशिष्ट नैसर्गिक विषयोन्मुख प्रेरणा किंवा विकार यांचा निरास करण्यासाठींच असतो. साधकाच्या ध्यानांतील सर्व प्रकार मोक्षमार्गा (Path) चेच भाग असून अध्यात्मध्येयाचीं साधनें आहेत. हे प्रकार नैसर्गिक प्रेरणेमुळें उत्पन्न होत नसून साधकाने विचारपूर्वक व बुद्धिपुरःस्सर केलेल्या प्रयत्नामुळें उत्पन्न होतात. परंतु ध्यानाचे हे प्रकार सुरुवातीला जरी आयासपूर्वक व बुद्धिपुरःस्सर केले असले तरी मनाला त्यांची हळूहळू सवय होते. तसेच आध्यात्मिक ध्यानाच्या निरनिराळ्या प्रकारांनी अनुभवास येणाऱ्या सत्याच्या विविध स्वरूपांची मनाला आवड उत्पन्न होऊन त्यांच्यात सुद्धां हळूहळू सहजता येत जाते. साधकस्थितींतील ध्यानप्रकारामध्यें सर्वात अधिक सहजता प्रेमयुक्त व्यक्तिपर सगुण ध्यानामध्यें असते. परंतु पूर्ण सहजता आणि खरें स्वातंत्र्य हे मोक्षरूपी ध्येय प्राप्त झाल्यावाचून मिळत नाही; तोपर्यंत कांही अंशी प्रयासाचा व कांहीअंशीं सहजतेचा असा मिश्र अनुभव येतो. अज्ञानदृष्टिरुपी सर्व विघ्नें समूळ नाहीशी होईपर्यंत, मोक्षाच्या संबंध मार्गांत आयासाचा अंश कायमच असतो:—**आयासाचें प्रमाण कमी जास्त राहतें पण तें पूर्णपणें नाहींसे होत नाहींत; मुक्तीच्या अचल शांतीमध्येच सर्व प्रकारचे आयास पूर्णपणे अस्तास जातात**

सहज समाधीच्या रोखाने प्रगतिः—सहज समाधींत आयास मुळीच नसतात, कारण तींत कोणतेही अप्राप्य ध्येय व अनुल्लंघित अडथळे राहत नाहींत ; उलट सहजसमाधीमध्ये अनिर्बंध स्वातंत्र्य, अखंड शांति आणि आत्मसाक्षात्काराचा आनंद ही सर्व परिपूर्ण असतात. सहजसमाधीप्रत जाणारा मार्ग उत्तरोत्तर प्रगतीचा असतो; साधक संस्कारजन्य गतीला पूर्णपणें आहारी जाण्याच्या

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अवस्थेतून संस्कारबंधांना निकराचा सामना देण्याच्या अवस्थेंत व अखेरीस ज्या मुक्त स्थितींत जाणीवेचें नियंत्रण भूतकालांतून शिल्लक राहिलेल्या संस्कारशक्तीनें न होता ती शाश्वत सत्याच्या स्पष्ट व प्रत्यक्ष अनुभूतीमध्यें क्रियमाण होते, अशा पूर्ण अवस्थेमध्यें प्रवेश करतो.

केवळ सहज समाधींतच मनाचा पूर्ण लय होतो:—सिद्ध पुरुषाची सहजसमाधि व साधकाचे ध्यानप्रकार ह्यामध्ये स्वातंत्र्य आणि जाणिवेतील सहजता ह्याच्या शिवाय दुसरेही भेद आहेत. ध्यानाच्या ज्या निरनिराळ्या प्रकारांचा साधक अभ्यास करतो त्या सर्वांचें ध्येय परमात्मस्वरूपांत मनाचा पूर्ण लय करणे हेंच असतें. परंतु त्या ध्यानप्रकारांत मनाचा लय अंशतः सिद्ध होतो; व्यष्टि-मनाचा पूर्णलय करण्याचे कामीं ते असमर्थ असतात; ते साधकाला कमी जास्त मानाने मुक्ति-सन्निध नेऊं शकतात; परंतु मोक्षप्राप्ति करून देऊं शकत नाहीत. ह्याचे उलट, **सहज समाधींत मर्यादित मनाचा लय होऊन त्याचे अनंत सत्यरूपाशी पूर्णैक्य झाल्यामुळें आध्यात्मिक पूर्णतेचा प्रत्यक्ष अनुभव असतो.**

ध्यानांतील तात्पुरता आनंद: — ध्यानाच्या उंच उड्डाणामध्यें साधकाला नेहमी एक प्रकारची विशालता व स्वातंत्र्य यांचा अनुभव येतो व त्या बरोबर उच्च भूमिकांतील (Higher planes) आनंद व ज्ञान हीं प्राप्त होतात; परंतु तें सर्व टिकून राहत नाहींत; कारण बहुधा ध्यानाच्या उच्च भूमिकावरून साधक खाली आला की तो पूर्वीप्रमाणेंच संस्कारबंधांत सांपडलेल्या साधारण मनुष्या प्रमाणें बनतो.

एका योग्याची गोष्ट—निरानिराळ्या समाधीच्या प्रकारांची अपूर्णता एका योग्याच्या गोष्टीवरून कळून येईल. ग्वालेर येथील

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

एक योगी फार लोभी होता; परंतु योगबलाने त्याने समाधीची कला प्राप्त करून घेतली होती. एके दिवशीं तो राजवाड्याच्या अगदी समोर बसला; आणि समाधि लावण्यापूर्वी मला राजाने एक हजार रुपये दिले पाहिजेत अशी इच्छा करून तो एकसारखा सात दिवस समाधीमध्येंच बसून राहिला. ह्या अवधींत तो अन्नपाणी मुळींच न घेतां एकाच ठिकाणीं समाधींत तटस्थ होता. लोक त्याला साधू समजूं लागले; आणि हें वर्तमान राजाला कळतांच तोही त्याच्या दर्शनास गेला. योग्याच्या जवळ जाऊन राजाने त्याच्या पाठीवर हात ठेविला; परंतु तेवढ्या स्पर्शानेच त्या योग्याची समाधि उतरली; आणि समाधींतून जागा झाल्यावर त्याने राजाला एक हजार रुपये मागितले.

समाधींतील उत्तान स्थितीचें विवेचनः—तुरुंगाच्या खिडकींतून बाहेर पाहणारा कैदी ज्याप्रमाणें विशाल आकाशाच्या अमर्याद विस्ताराच्या दृश्यांत स्वतःला विसरून जातो, त्याप्रमाणे ध्यानगत प्रकाशांत व आनंदात साधक आपली बंधनें तात्पुरती विसरून जातो. परंतु आपल्या तुरुंगाचे कैद्याला विस्मरण झालें असलें, तरी त्यामुळें तो तुरुंग फोडून बाहेर आला असें म्हणता येत नाहीं; **त्याच प्रमाणें ध्यानांत मग्न असलेल्या साधकाला मिथ्यारूप जगाशी बांधणाऱ्या शृंखलांचा तात्पुरता विसर पडत असला तरी त्यामुळें त्यानें आपलीं बंधनें खरोखर तोडलीं असें म्हणता येत नाहीं;** आणि स्वतःची दृष्टी भोवतालच्या परिस्थितीकडे वळली म्हणजे कैद्याला तुरुंगातील पारतंत्र्याची जाणीव होते, त्याचप्रमाणे साधक जेव्हां ध्यानभूमि सोडून आपल्या नेहमीच्या जाणिवेत खाली उतरतो तेव्हां त्याला आपल्या सर्व बंधनांची पूर्ववत् जाणीव होते. ध्यानतन्मयतेच्या (Trance Meditation) उत्तरोत्तर अभ्यासानें साधकाला वाढत्या प्रमाणांत गुप्त शक्ति प्राप्त

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

होते; पण ह्या शक्तीमुळें साधकाला अनंत ज्ञान आणि आनंद प्राप्त होत नाहीत. परंतु ही अनंत ज्ञान व आनंदाची अवस्था सिद्ध पुरुषांना सहजसमाधीमध्ये सतत प्राप्त असते. कारण मायेचीं बंधनें तोडून ते पूर्ण मुक्त झाले असतात.

ध्यानतन्मयतेचा विषय एखादी भासमान वस्तु असते :— सिद्ध पुरुषांची सहजसमाधि आणि साधकाची ध्यानतन्मयता (Trance Meditation) ह्यांत आणखी एक महत्वाचा फरक असतो. बहुधा ध्यानांत अनुभवास येणाऱ्या एखाद्या वस्तूच्या अनिवार्य मोहकतेमुळेंच साधकाच्या ध्यानतन्मयतेचा परिपोष होतो. सूक्ष्म क्षेत्रांतील प्रकाश, रंग, स्वाद, सुगंध आणि नाद हे साधकाच्या मनाला स्थूल सृष्टींतील प्रियवस्तूपासून परतवून ध्यानतन्मयतेच्या शांतीची गोडी प्राप्त करून देण्यामध्यें भाग घेतात. साधकाची ध्यानतन्मयता (समाधि) आत्मनिष्ठ नसून बहुतांशी एखाद्या चित्तवेधक भासमान वस्तूवर अवलंबून असते.

सहजसमाधीचा विषय आत्मतंत्र असतो :—उलटपक्षी सहजसमाधीचा विषय आत्माच असतो; मनाच्या दुसऱ्या कोणत्याही विषयावर सहजसमाधि अवलंबून नसते. साधकाची ध्यानतन्मयता (समाधि) ही कांहीं अंशी नशा चढविणाऱ्या द्रव्याने आलेल्या गुंगीप्रमाणें असते. गुंगी आणणाऱ्या द्रव्याचा अंमल राहीपर्यंतच त्याची नशा कायम असते; त्याचप्रमाणें मन ध्यानविषयांत मग्न असेपर्यंतच ही तन्मयसमाधि कायम असते. **उलट पक्षीं, सहजसमाधि निर्विषय असल्यामुळें पूर्ण जागृतीची स्थिति असून तिच्यांत चढउतार किंवा कमीजास्तपणाला वाव नसतो व आत्मदृष्टीची अढळ शांति असते.**

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

सहजसमाधींत असलेले महापुरुष योग्य ध्यानविषय असतात:—साधक ज्या सामान्य आणि विशिष्ट ध्यानप्रकारांचा अभ्यास करतो ते सर्व आपआपल्या परीने उपयोगी आणि महत्वाचें असले तरी ते सारखेच आवश्यक आहेत असें समजूं नये. साधकाला आपल्या ईश्वरी ध्येयाप्रत नेणारे जे अनेक मार्ग आहेत, त्यांतच ह्या ध्यानप्रकारांची गणना होते. अध्यात्ममार्गांत ज्यांची प्रगति झालेली आहे अशा कांहीं थोड्या साधकांना बहुतेक साधारण ध्यानप्रकारांची जरूरी नसते. त्याचप्रमाणें आत्मवान् सद्गुरूच्या सहवासांत राहणाऱ्या साधकांनाही बहुतेक ध्यानप्रकारांची सहसा आवश्यकता नसते. सद्गुरूच्या मार्गदर्शनाखालीं राहून त्याच्यावर प्रेम केलें म्हणजे पुरे. आत्मसाक्षात्कार झाल्यामुळें नेहमीं सहजसमाधींत असणाऱ्या विरळ्या महापुरुषांना तर ध्यानाच्या कोणत्याही प्रकारची गरज नसते, एवढेंच नव्हे तर ते **स्वतःच इतर साधकांसाठीं ध्यानाचा योग्य विषय बनतात** व जे साधक त्यांचें ध्यान करतात त्यांना ते उत्तम प्रकारची मदत देऊं शकतात.

भाग ८ वा

सहजसमाधिप्रत आरोहण व सहजसमाधीचें स्वरूप.

सहजसमाधि प्रारंभीच्या ध्यान प्रकारांचा कळस आहे:— ध्यानविषयाशीं मनाचे योग्य रीतीनें ऐक्य केले म्हणजे ते सत्तत्वांत (Truth) लय पावून सहजसमाधीचा अनुभव घेते. सहज समाधि अखंडित आत्मज्ञानाच्या सहजानंदाची अवस्था आहे. **ह्या**

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

स्थितींत साधकाचे मर्यादित व्यक्तित्व जाऊन आपण स्वतःच सर्वव्यापी चैतन्य आहोत असा त्याला प्रत्यक्ष अनुभव येतो. सहजसमाधि ही सगुण व निर्गुण ध्यानप्रकारांची परासीमा (Culmination) आहे; ती त्याचा परिणाम (product) नाही.

परमात्माशी पूर्णैक्य झाल्यानंतर सहजसमाधीचा अनुभव येतो: — साधकाचे सर्व ध्यानप्रकार त्याचप्रमाणें त्याचे दुसरे सर्व आध्यात्मिक प्रयत्न ह्या सर्वांचें एकच ध्येय असतें व तें म्हणजे त्याच्यामधील परमात्म्याशी ऐक्य पावण्याची प्रबळ इच्छा त्वरित सफळ करणें. हे ऐक्य झाल्यावर साधक हा सत्यप्राप्त सिद्ध बनतो. सिद्धानें प्राप्त करून घेतलेल्या ब्रम्हानुभूतीला सुफी लोक ‘ वासल ’ असें म्हणतात. ह्या ब्रम्हात्मभावाला उद्देशूनच येशू ख्रिस्तानें ‘ मी आणि माझा पिता एकच आहोंत ’ असें म्हटले आहे. जाणिवेच्या ह्या परमोच्च स्थितीचें पुष्कळांनी वर्णन केलेलें आहे; परंतु ही स्थिति तत्वतः अवर्णनीय आहे; ती शब्दांनी व्यक्त करणें शक्य नसते, म्हणून तिचें यथायोग्य बौद्धिक स्पष्टीकरण देतां येत नाही. परंतु **एकजण दुसऱ्याला ह्या स्थितीचे खुलासेवार वर्णन करून सांगू शकत नसला तरी प्रत्येक जण तिचा स्वतः अनुभव घेऊं शकतो.** सिद्ध पुरुषांच्या ह्या परमश्रेष्ठ स्थितीला सहजसमाधि म्हणतात.

देहनिष्ठ जीवन :—सहज समाधींत राहणें म्हणजे परमात्म स्थितीचा अनुभव घेणे. ह्या स्थितींत आत्म्याला आपण स्वतःच परमात्मा आहोत असा जाणिवपूर्वक अनुभव येतो. या स्थितींत भ्रमात्मक अज्ञान उत्पन्न करणाऱ्या सर्व बंधनकारक विकारांचा आत्म्यानें त्याग केलेला असतो. सिद्ध पुरुषांची परमात्मस्थिति सांसारिक मनुष्याच्या देहभावाहून अगदी निराळी आहे. सांसारिक

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

मनुष्य आपण स्वतःस स्थूल शरीर समजून देहविषयक वासनांचे प्राधान्य असणाऱ्या जीवनाचा अनुभव घेतो. त्याची जाणीव देह-संबद्ध असल्यामुळें देहावरच केंद्रित असते. त्याची आवड खाणें, पिणें, झोपणें, आणि शरीर विषयक इतर वासना तृप्त करणें ह्यांतच असते. **तो शरीरांकरतांच जगतो आणि शरीराच्या सहाय्या-नेंच तृप्ति मिळविण्याचा प्रयत्न करतो.** त्याची जाणीव शरीरा-पलीकडील क्षेत्रांत पोहचूं शकत नाहीं, आणि जेव्हां तो कोणत्याही गोष्टीचा विचार करतो तेव्हां तोही शरीरविषयक दृष्टीनें करतो. ज्याला देह किंवा आकार नाही अशा कोणत्याही वस्तूंविषयीं तो विचार करत नाही. जेव्हां तो कोणत्याही वस्तूचा विचार करतो तेव्हां त्याचा शरीराशी किंवा नामरूपाशी नेहमीं कांही तरी संबंध असतोच. **त्याच्या जीवनाचे संपूर्ण क्षेत्र नामरूपात्मकच असते;** आणि आकाशाच्या (space) क्षेत्रांतच त्याचें जीवन व व्यापार चालले असतात

शक्तिपर जीवनः— देहनिष्ठ स्थितीचें उलंघन केलें म्हणजे सहजसमाधीच्या परमात्मस्थितीप्रत नेणाऱ्या मार्गांत एक पाऊल पुढें टाकलें जाते. देहभाव टाकून दिला म्हणजे शक्तिमय क्षेत्रामध्यें प्रवेश होतो. ह्यानंतर आत्मा ज्या अवस्थेंत राहतो तिच्यांत देहांचे किंवा नामरूपाचे मुळींच महत्व नसून उच्चतर शक्तिप्रधान क्षेत्रामध्यें आत्मा आरोहण करतो. शरीर किंवा नामरूपें हे शक्ति (energy) चें **एक प्रकारचें घनीकरण आहे. आकारमय सृष्टींतून शक्तीच्या क्षेत्रांत शिरल्यानें साधक अस्तित्वाच्या मूळ स्वरूपाच्या अधिक जवळ जातो.** साकार सृष्टींतील बंधना-पैकीं पुष्कळशी बंधनें ह्या शक्तिमय क्षेत्रांत शिल्लक राहत नाहींत. ह्या अवस्थेंत जाणीव शक्तीशी तादात्म्य पावून सर्वकाळ शक्ती-

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

मध्येंच व शक्तीद्वारा व्यवहार करते. शक्तिनिष्ट जीवनांतील शक्ति ग्रहण करून ती आत्मसात करण्याची क्रिया स्थूलदेहनिष्ट स्थितींतील खाण्यापिण्याप्रमाणें असते. ह्या अवस्थेतील संताचे शक्ती-वर पूर्ण नियंत्रण असते. तो आत्मतृप्तीकरतां शक्तीचा उपयोग करतो. परंतु त्याचे व्यापार कितीही सामर्थ्यवान असले तरी ते आध्यात्मिक दृष्टीने बंधनाच्या क्षेत्रांतीलच असतात. देहभाव असतांना अप्राप्य असणाऱ्या पुष्कळ वस्तु तो पाहूं शकतो, ऐकूं शकतो आणि त्यांचा वास घेऊं शकतो. ज्या कृतीला देहनिष्ठ स्थितींतील लोक चमत्कार मानतात (उदाहरणार्थ अंधारांत उजेड करणें, शक्तिपान करून हजारो वर्षे जिवंत राहणें, वगैरे) अशा पुष्कळ अद्भुत गोष्टी तो करू शकतो. परंतु त्याच्या कर्तृत्वाचं संपूर्ण क्षेत्र शक्तिमय असून त्याच्या जीवनांत शक्तीचेच प्राधान्य असतें. तो ज्याचा विचार करूं शकतो किंवा जें जें कार्य करूं शकतो ते सर्व शक्तिविषयक असून ते त्याला शक्तिद्वारा प्राप्त होते. हे शाक्तिपर जीवन अध्यात्मिक दृष्टीने प्रगत असलेल्या पुरुषानांच शक्य असते, परंतु ही शक्तिनिष्ट अवस्था सिद्धांच्या सहज-समाधीच्या रूपानें व्यक्त होणारी पूर्णावस्था मुळीच नव्हे.

मनोभूमींतील जीवनः——शक्तीच्या क्षेत्राचें उल्लंघन करून जेव्हां आत्मा मनाच्या क्षेत्रांत शिरकाव करतो तेव्हां सहज समाधी-प्रत नेणाऱ्या मार्गावरील दुसरी महत्वाची मजल गांठली जाते. **सर्वप्रकारची शक्ति हा मनाचा आविष्कार आहे.** म्हणून शक्तीच्या अवस्थेतून मनाच्या अवस्थेंत जाण्याने सहजसमाधीप्रत नेणाऱ्या मार्गांत आणखी प्रगति होते. मनोभूमींतील जीवनामध्यें जाणीव मनाशी प्रत्यक्षपणें (directly) तादात्म्य पावते. ह्या अवस्थेंत जाणिवेला स्थूल देहाचें किंवा शक्तीचे कोणत्याही प्रकारचें बंधन

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

नसतें; परंतु तिला मनाचे बंधन असतेच. मनोभूमीतील महात्म्यांचा शरीर व शक्ति यांच्यावर पूर्ण ताबा असतो; ते दुसऱ्याच्या मनांतील गोष्टी ओळखून त्यांच्या मनावर प्रभुत्व ठेवूं शकतात; इतकेच काय पण मेलेल्या माणसांना जिवंत देखील करूं शकतात. तरी ह्या मनोबद्ध अवस्थेचा द्वैताच्या आणि भ्रमाच्या क्षेत्रांतच समावेश होतो, म्हणून अनंतता प्राप्त करण्याकरतां ह्याही अवस्थेचे उलंघन करावेंच लागते.

मन सद्वस्तुवर आवरण घालतें:—अगदी सुरुवातीपासून पुढील सर्व प्रगति व्यष्टिमनाचे कार्यक्षेत्र हळूहळूं कमी करून त्याचे उलंघन करण्यांत असते. देहनिष्ठ आणि शक्तिपर अवस्थेत सुद्धां मनच कार्य करीत असते; परंतु **देहनिष्ठ अवस्थेंत मन देहाच्या दृष्टीनें विचार करतें; शक्तिपर अवस्थेंत मन शक्तीच्या दृष्टीनें विचार करते; आणि मनोभूमींतील अवस्थेंत मन स्वतःच्यादृष्टीनें विचार करतें.** मन स्वतःच्यादृष्टीनें विचार करते तेव्हांसुद्धां अनंततेचें ज्ञान आणि अनुभव प्राप्त होत नाही, कारण स्वतः मनच मनोनिर्मित विचार व सद्वस्तु यांमधील पडदा बनते. या स्थितींत मन जरी देहनिष्ठ भासांतून आणि शक्तिपर जीवनाभासांतून मोकळें असले तरी त्यांत निराळेपणाची जाणीव असते. ह्या स्थितींतील मनाला धुळीनें झाकलेल्या आरशाची उपमा देतां येईल. पूर्ण मनोलय होऊन जेव्हां मन अनंततेमध्यें विराम पावते तेव्हांच सहजसमाधीच्या परमात्मस्थितीचा अनुभव घेणें शक्य होतें. **रूप हें शक्तीचें घनीभवन आहे; शक्ति ही मनाचे कार्य आहे; मन हें अनंत तत्वावरील** (आरशाच्या झांकणाप्रमाणें) **आवरण आहे; आणि मनरूपी आवरण झुगारून दिल्यावर प्रत्ययास येणारी अनंतताच सत्यरूप परमात्मा आहे.**

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

मनाचें उल्लंघन करण्यास तीव्र उत्कंठा आणि अचल तितिक्षा पाहिजे :—संकुचित बनविणाऱ्या व्यष्टिमनाचा त्याग-करणें ही कांहीं सोपी गोष्ट नाही. ह्यांत मुख्य अडचण हीच असते कीं मनोनाश मनाच्या सहाय्यानेच करावा लागतो. मनातीत होण्या-करता सत्यस्वरूप अनंत परमात्म्याशी ऐक्य पावण्याची अतिशय तीव्र इच्छा असावी लागते. त्याचप्रमाणें मनातीत होण्याचा व उन्मनी स्थितीचा अभ्यास करीत असतां विलक्षण धीर ठेवणेही तितकेंच आवश्यक असतें. एका सद्गुरुने आपल्या शिष्यास सांगितलें कीं, ' परमात्मस्थितीच्या प्राप्तीसाठीं तुला आपलें हातपाय एका लाक-डाच्या फळीला बांधून स्वतःला नदीत फेकून द्यावें लागेल आणि नंतर पाण्यांत असतांनाही आपले कपडे कोरडे ठेवण्याचा प्रयत्न करीत रहावें लागेल !' ह्या आज्ञेचा गर्भित अर्थ शिष्याला समजला नाहीं. फिरत फिरत तो दुसऱ्या एका साधू जवळ आला आणि त्याला त्यानें आपल्या सद्गुरूच्या आज्ञेचा अर्थ विचारिला. त्या साधूनें समजावून सांगितलें कीं त्या आज्ञेचा अर्थ असा आहे कीं परमात्मप्राप्ति करून घेण्याकरतां त्याच्याशी ऐक्य पावण्याची इतकी तीव्र इच्छा ठेवली पाहिजे, की जणू कांहीं त्यावाचून एक क्षणभरही जिवंत राहणे शक्य नाही; आणि त्याबरोबरच त्याच्या प्राप्तीसाठीं लक्षावधि वर्षे वाट पाहण्याचा बेसुमार धीर ठेवला पाहिजे. परमात्म्याशीं ऐक्य पावण्याची तीव्र इच्छा नसली तर मन नेहमीच्या संस्कारांच्या प्रवाहांत सांपडतें, व धीर खचल्यास मनाची (ऐक्य पावण्याची) तीव्र इच्छाच संकुचित मनोव्यापारांना पोषक बनते. म्हणून तीव्र इच्छा आणि अमर्याद धीर यांचा समतोलपणा प्राप्त झाल्यानंतरच साधकाला संकुचित मनाचा पडदा फाडतां येतो; आणि ह्या दोन्ही परस्परविरुद्ध गुणांचा योग्य संयोग केवळ सद्-गुरूच्या सहाय्यानेच होऊं शकतो.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

सहजसमाधींतील आत्मज्ञान प्रयासरहित अंतःप्रज्ञेमुळें होतें:—सहजसमाधींत राहणें म्हणजे सत्यप्रकाशित जाणिवेंत राहणें होय. ज्याचें मन कार्य करीत असतें अशा माणसाला सहज समाधीच्या अवस्थेचें आकलन होत नाहीं. परमात्मस्थिती मनातीत आहे. संकुचित मन अनंततेशीं ऐक्य पावून नष्ट झाल्यानंतरच पूर्णावस्थेचा उदय होतो. या अवस्थेंत आत्म्याला स्वतःचे ज्ञान मनाच्या द्वारा होत नसून स्वतःच्याच द्वारा होत असतें. संसारी मनुष्याला आपण कुत्रा नसून मनुष्य आहोंत ही संदेहरहित जाणीव असते, त्याचप्रमाणें सहजसमाधीमध्यें आत्म्याला आपण मर्यादित वस्तु नसून परमात्माच आहोत ही खात्री असते. आपण कुत्रा नसून मनुष्य आहोंत ह्याचें संसारी मनुष्याला वारंवार स्मरण करावें लागत नाहीं; कांहीं एक विशेष प्रयत्न न करतां आपण मनुष्य आहोंत हें तो आपोआप जाणतो. त्याचप्रमाणें सहज-समाधीमध्यें आत्मानुभूति स्थिर राहण्यासाठीं आपण परमात्माच आहोत अशी कृत्रिम स्वयंसूचना वारंवार देण्याची आवश्यकता रहात नाहीं; तर प्रयासरहित व साक्षात् ज्ञानाच्याद्वारा आपण स्वतः परमात्मा आहोत हा स्वयंसिद्ध व अबाधित प्रबोध आत्म्याला असतो.

अनंतत्वांतील जीवन:—सहजसमाधि प्राप्त करून घेतलेला मनुष्य आत्मज्ञानांत कायमचा स्थिर असतो. येणारें व जाणारें असें हें ज्ञान नसून एक वेळ प्राप्त झाल्यावर तें कायमचेंच टिकून राहतें. अज्ञान दशेमध्यें साधक स्वतःला कर्मांचा कर्ता व सुखदुःखांचा भोक्ता (अशा पुरुष किंवा स्त्री) ह्या दृष्टीनें पाहतो; परंतु ज्ञानस्थिती-मध्यें जो ह्या गोष्टींनी कोणत्याही प्रकारें मर्यादित नसून ज्याला ह्यांचा स्पर्शही नसतो असा परमात्मा मी स्वतःच आहे, हें संदेहरहित ज्ञान त्याला असतें. आपल्या स्वतःच्या स्वरूपाचें त्याला एक वेळ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

यथार्थ ज्ञान झालें म्हणजे तें कायमचें राहतें; आणि त्यानंतर तो कधींच अज्ञानमोहांत सापडत नाहीं. ही साक्षात्काराची स्वरूपावस्थिती सर्व बाबतींत मर्यादारहित असते; ह्या स्थितीची लक्षणे अनंत ज्ञान, पावित्र्य, प्रेम आणि आनंद हीं होत. **सहजसमाधींत प्रवेश करणें म्हणजे शाश्वत जीवनाच्या अनंततेची प्राप्ति करून घेणें.**

सहजसमाधीचे दोन प्रकार:—सहजसमाधीचे पुढील दोन प्रकार आहेत—(१) **निर्वाण किंवा तल्लीनता** आणि (२) **निर्विकल्प स्थिति अथवा** ईश्वरत्वाचा आविष्कार. सर्व शरीरें आणि अखिल सृष्टि यांच्यापासून जाणीव पूर्णपणें निवृत्त केली म्हणजे निर्वाण किंवा परात्पर स्थिति (beyond state) प्राप्त होते; **परंतु आसक्ति किंवा तादात्म्य न ठेवतां जाणिवेला देहावर आणून पुन्हां कार्यक्षम केले तर निर्विकल्प समाधि अथवा सद्गुरूपद प्राप्त होते;** ह्या स्थितींत जाणिवेचा शरीराशी संबंध असला तरी ती शरीराशी तादात्म्य पावत नसल्यामुळें आंतून अलिप्त राहते. मनातीत होणें म्हणजे जाणिवेला विश्वापासून पूर्णपणें निवृत्त करून तिला परमात्म्यांत सर्वस्वी लीन करणें. ज्या ठिकाणीं अखिल विश्व शून्यरूप होत अशी ही स्थिति आहे. निर्वाण स्थितीला पोहचलेल्या बहुतेक महापुरुषांना भासमान विश्वाचें भान पुन्हां येत नाहीं. जे थोडे पुरुष त्या स्थितींतून खालीं विश्वभानावर येतात त्यांनासुद्धां अखिल विश्व परमात्माच असल्याचा अनुभव येऊन ते सतत निर्विकल्प स्थितींत राहतात. **भ्रमात्मक कल्पनेचे मनोव्यापार जिथें मुळींच नसतात आणि मर्यादित मनाचे हेलकावे अव्यय परमात्म्याच्या अनुभूतीमध्यें शांत होतात अशा जीवनालाच निर्विकल्प स्थिति म्हणतात.**

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

सद्गुरू आणि अवतार ह्यांची स्थितिः--सातव्या भूमिके-वरून खालीं येणाऱ्या आत्म्यांना निर्विकल्प अवस्थेची सहजसमाधि प्राप्त होते. सद्गुरू आणि अवतार ह्यांची ही स्थिति असते. जीवनां-तील अस्थिर परिस्थितीशीं उत्साहाने झुंजत असतांनासुद्धां त्यांची साम्यावस्था भंग पावत नाहीं. ह्या स्थितींतील महापुरुष सर्वत्र आणि सर्व वस्तूंत परमात्माच पाहतो. त्याला परमात्म्याशिवाय निराळी वस्तूच दिसत नाहीं. म्हणून स्थूल जगतांतील वस्तूबद्दल व्यवहार करीत असतांना त्याच्या परमात्मस्थितींत कोणतीही कमतरता येत नाहीं. धनुष्याचा बाण ओढीत असतांना, किंवा रणांगणावर तलवार फिरवीत असतांना, विमानांतून संचार करीत असतांना अथवा लोकांशीं बोलत असतांना, किंवा अतिशय चित्तैकाग्रय लागणाऱ्या दुसऱ्या हालचालींत गुंतला असतांनासुद्धा, तो आपल्या जीवनांत प्रतिक्षणीं निर्विकार परमात्मस्थितीचा जाणीवपूर्वक आस्वाद घेत असतो.

मोक्ष, निर्वाण आणि निर्विकल्प स्थितिः—जीवात्म्याचे परमात्म्यांत पूर्ण निमज्जन होऊन सर्वश्रेष्ठ जाणिवेंतील ज्ञान व आनंद मिळण्याच्या बाबतींत निर्वाण आणि निर्विकल्प ह्या अवस्था मोक्षाच्या अवस्थेसारख्या आहेत. परंतु मुक्ति किंवा मोक्ष आत्म्यानें देहत्याग केल्यानंतर अनुभवास येतो; आणि निर्वाण व निर्विकल्प ह्या दोन्ही अवस्था देहत्यागापूर्वी अनुभवितां येत नाहीत. निर्वाण आणि निर्विकल्प ह्या दोन अवस्थांत शरीर कायम असण्याचे साम्य असून तत्वतः जरी त्या सारख्या असल्या, तरी त्या दोहोंत किंचित् फरक असतो.

निर्वाण आणि निर्विकल्प ह्या दोहोंतलि फरकः—अहंतेचे कवच फाडून बाहेर पडणारा जीवात्मा परमात्म्याच्या अमर्याद जीव-

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

नांत प्रवेश करतो तेव्हां त्याचे मर्यादित व्यक्तित्व [limited individuality) जाऊन त्याला मर्यादारहित व्यक्तित्व [unlimited individuality] प्राप्त होते. आत्म्याला ब्रम्हानुभूति होऊन तो आपलें व्यक्तित्व कायम ठेवितो. महत्वाचा मुद्दा हाच कीं व्यक्तित्वाचा समूळ नाश होत नाहीं; तर ते आध्यात्मिक स्वरूपांत कायम राहतें. परमात्म्याशीं ऐक्य पावल्यावर आत्म्याचे मर्यादारहित व्यक्तित्व एक प्रकारें कायम राहिले तरी तो स्वतःसिद्ध व परिपूर्ण ईश्वरत्वाच्या अनुभवांत सतत निश्चल व लीन राहूं शकतो. ह्या निर्वाणाच्या तल्लीनतेमधून जगताच्या जाणीवेत सहसा कोणीही परत येत नाही. क्वचितच परमात्म्याच्या अनंत जीवनांत नुकताच प्रविष्ट झालेला आत्मा कर्तृत्वशाली ईश्वरत्वाचे विमोचन करून आपले मर्यादारहित व्यक्तित्व प्रस्थापित करतो. हीच निर्विकल्प स्थितीची सहजसमाधी असून त्यालाच ईश्वरत्वाचा आविष्कार म्हणतात.

पुस्तकालय
गुरुकुल कांगड़ी

—समाप्त—

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

Meher Publications

(1) Meher Baba's Discourses
(Five Volumes) each Rs. 2-0
(2) Gems from the Teachings of
Meher Baba Rs. 1-4
(3) Divine Theme—By Meher Baba Rs. 4-0
(4) Perfect Master (Life of Shri Meher Baba)
By C. B. Purdom Rs. 6-0
(5) Meher Baba—The Awakener.
By Dr. C. D. Deshmukh M. A. Ph.D, (London)
(With Foreword by
Princess Norina Matchbelli) Rs. 1-0
(6) Shri Meher Baba-His Philosophy
& Teachings. By A. K. Abdulla Re. 1-0
(7) Meher Baba — By Estern &
Western Disciples. Rs. 0-3
(8) Sayings of Shri Meher Baba Rs. 0-4
(9) Shri Meher Baba. Vol. I. (Gujrathi)
By F. H. Dadachanji Rs. 2-0
(10) Meher Baba. (Urdu)
By K. E. Afseri. Rs. 0-2
(11) Meher Baba. (Persian)
By S. A. Abbas. Rs. 0-2
(12) श्रीमेहेरबाबा और उनके अध्यात्मपर लेख (हिंदी) Rs. 1-8
(13) श्रीमेहेरबाबा (मराठी)
By Dr. C. D Deshmukh M. A. Ph. D. Rs. 1-8

Can be obtained from:—

Adi. K. Irani,
Meher Baba Universal Spiritual Centre,
King's Road, Ahamednagar.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अवतार मेहेरबाबा माला

संचालक :

मेहेरबाबा जागतिक अध्यात्मकेंद्र,
किंग्ज रोड, अहमदनगर.

संपादक :

दि. ह. पोफळी, बी. एस्सी. एलएल. बी.
अवतार मेहेरबाबा कार्यालय,
धनतोली, नागपूर.

आपल्या दैवी प्रेमाने व प्रज्ञासंपन्न सामर्थ्याने श्रीमेहेरबाबा मानवास नवीन दृष्टि व परमशांति देतात. अखिल मानवतेमध्यें अकलंकित बंधुतेची प्रस्थापना करून सत्य व प्रेम यांवर अधिष्ठित असलेले नवयुग निर्माण करणें हेंच त्यांचें अवतारकार्य आहे. त्यांना जुलै १९२५ पासून मौन धरलें आहे.

श्रीमेहेरबाबांचे अध्यात्मपर लेख व दिव्य संदेश मराठी, हिंदी व उर्दू ह्या भाषांतून वाचक वर्गास मिळावेत हा 'अवतार मेहेरबाबा' मालेचा उद्देश आहे.

वार्षिक वर्गणी रु. २ पो. ख. सह.

पत्ता
अवतार मेहेरबाबा कार्यालय
धनतोली, नागपुर

दि. ह. पोफळी
संपादक

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अवतार मेहेरबाबा

माला

* पुष्प सहावें *

★ अवतार

★ स्वार्थीपणा

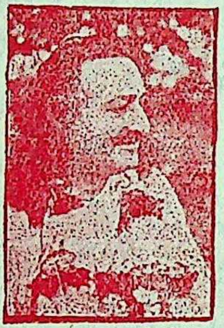
★ प्रार्थनेचे रहस्य

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अनुक्रमणिका

१	अवतार	१—१०
२	स्वार्थीपणा	११-१४
३	प्रार्थनेचे रहस्य	१५-२०



श्रीसद्गुरु मेहेरबाबा

अनुवादक :

सौ. इंदुमतिबाई देशमुख, एम्. ए., बी. टी.

मुद्रक :
पु. रा. खांडवेकर,
गोपाळ प्रिंटिंग प्रेस नागपूर.

संचालक व प्रकाशक :
मेहेरबाबा जागतिक अध्यात्मकेंद्र,
किंग्ज रोड, अहमदनगर.

१, जून, १९४५]

[किंमत आठ आणे

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अवतार

ऋते ज्ञानान्न मुक्तिः
पुस्तक सं० २० म/२३
आगत सं० २९९८०
तिथि० २८-३-२०१२
गुरुकुल ग्रन्थालय कांगड़ी.

(१)

अवतार

प्रत्येक सजीव प्राणी कळत अथवा न कळत एकाच गोष्टीचा शोध करीत असतो. खालच्या दर्जाच्या सजीव प्राण्यांत आणि अप्रगल्भ मनुष्यांत हा शोध अजाणतां होतो; प्रगल्भ मनुष्य हाच शोध जाणून करीत असतो. ह्या शोधाच्या विषयाची आनंद, शांति, स्वातंत्र्य, सत्य, प्रेम, पूर्णता, आत्मानुभव, ईश्वरप्राप्ति व परमात्म्यैक्य अशीं पुष्कळ नांवे आहेत. वस्तुतः हा शोध ह्या सर्वांसाठींच असतो, परंतु विशिष्ट मार्गानें चालला असतो. सुखाचे क्षण सत्याचे ओझरते दर्शन व परमात्म्यैक्याचे धावते क्षणिक अनुभव प्रत्येकालाच होतात. पण हे अनुभव चिरकाल टिकवावे अशी त्यांची इच्छा असते. सतत बदलत राहणाऱ्या परिस्थितींतही अनंत सत्य प्रस्थापित करण्याची त्यांची इच्छा असते.

ही मानवी इच्छा स्वाभाविक आहे; व ह्या इच्छेचा मुख्य आधार म्हणजे त्यांची मूलतः परमात्म्यैक्याची स्मृति हा होय. ही स्मृति व्यक्तीच्या कमी अधिक उत्क्रांतीच्या मानानें मंद अथवा तीव्र असते.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

उत्क्रान्ति ह्मणजे काय ?

प्रत्येक प्राणी स्वतःच्या खऱ्या स्वरूपाच्या अज्ञानानें बद्ध असलेला असा परमेश्वराचा अंशतः आविष्कारच असतो. वास्तविक सर्व उत्क्रान्ति ही अज्ञान स्थितींतील देवपणासून ज्ञानयुक्त देवपणापर्यंतची मजल असून त्या उत्क्रान्तींत मूलतः शाश्वत व अनंत असलेला परमेश्वर अनेक रुपें धारण करतो, अनेक अनुभव अनुभवितो आणि स्वतःच घालून घेतलेल्या अनेक बंधनांच्या पलीकडे जातो. परमेश्वराच्या दृष्टीनें उत्क्रान्ति हा खेळ आहे. ह्या उत्क्रान्तींत आत्मतत्त्वास आपलें निरुपाधिक पूर्णज्ञान, शक्ति आणि दैवी आनंद यांचा असीम आस्वाद मिळतो. परंतु, ईश्वरीशक्ति जोंपर्यंत पूर्णमानवाच्या निर्द्वंद्व स्थितींत आढळून येणाऱ्या परस्परविरुद्ध गोष्टींचा समतोलपणा व समभाव स्थिर करीत नाहीं, तोंपर्यंत उत्क्रान्ति ही जीवाच्या दृष्टीनें, आपलें मर्यादित ज्ञान, मर्यादित सामर्थ्य आणि सुख अनुभवण्याची मर्यादित शक्ति यांच्यामुळें शांति आणि कलह, सुख आणि दुःख, प्रेम आणि तिरस्कार हे क्रमानें अनुभवण्याचा काल आहे. पूर्णावस्थेंत जीव आणि परमात्मा यांचें परस्परांचें ऐक्य ओळखलें जातें; व तिजमध्येंच सातत्याचा व कालाच्या प्रवाहांतील अनंततेचा अनुभव येतो. परमेश्वर स्वतःला परमेश्वर म्हणून व तत्त्वतः अपरिवर्तनशील म्हणून ओळखतो, व आविर्भावांतील अनंततेचा व आत्मप्रतीतीच्या शाश्वत आनंदाचा स्वतःच स्वतःच्या नव्या जाणीवेंत सतत अनुभव घेतो.

जीवनामध्येंच ही आत्मप्रतीति होऊं शकते व तशीच ती व्हावयास पाहिजे; कारण, जीवनांतच मर्यादितपणाचा, त्या पलीकडे जाण्याचा आणि या बंधनापासून झालेल्या मुक्ततेचा आनंद अनुभावतां येतो.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

मुक्तीचे तीन प्रकार

या बंधनांतीत मुक्ततेचे तीन प्रकार आहेत. बहुतेक आत्मज्ञान झालेले आत्मे ताबडतोब आणि नेहमींकरितां शरीरत्याग करितात. आणि परमात्म्याच्या अनाविर्भूत स्वरूपामध्यें निमग्न राहतात. त्यांना फक्त एकरूपतेची जाणीव असते. नियमित जगताचें अस्तित्वही ते मानीत नाहींत. जननमरणांचें चक्र पूर्ण होऊन त्यापासून ते मुक्त होतात. या स्थितीसच मुक्ति अगर मोक्ष असें म्हणतात.

विदेह मुक्ति कोणती ?

कांहीं आत्मबोध झालेले आत्मे कांहीं काल आपलीं शरीरें ठेवतात आणि त्यांची जाणीवही परमात्म्याच्या अनाविर्भूत स्वरूपामध्यें निमग्न असते; व म्हणून आपल्या शरीराची अगर जगताची त्यांना जाणीव नसते. ते स्वानंद, सामर्थ्य आणि आत्मज्ञान यांचा अखंड अनुभव घेत असतात. परंतु या सर्वांचा ते ह्या बाह्य जगतांत दुसऱ्यांना मुक्ति मिळवून देण्यासाठीं उपयोग करूं शकत नाहींत. तथापि, त्यांचें या जगतांतील केवळ अस्तित्व म्हणजे स्वानंद, अनंत शक्ति आणि ज्ञान यांच्या प्रसरणाचा मध्यबिंदूच होय. आणि जे त्यांच्याजवळ जातात, ते त्यांची सेवा करतात, त्यांची पूजा करतात व त्यांना ह्यांच्या सहवासानें आध्यात्मिक दृष्ट्या फायदा होतो. या विशिष्ट प्रकारच्या लोकांना 'मज्झुब' म्हणतात आणि त्यांच्या या स्थितीला 'विदेह मुक्ति' म्हणतात.

आणि कांहीं थोडे आत्मबोध झालेले लोक शरीरत्याग करीत नाहींत, आणि त्यांना परमात्म्याच्या अनाविर्भूत व आविर्भूत रुपामध्यें आपण स्वतःच परमात्मा असल्याची

पुस्तकालय
CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar
गुरुकुल कांगड़ी

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

स्वतःला अपरिवर्तनशील म्हणून व त्याचप्रमाणें आत्मतत्वाचा वैविध्यपूर्ण व अनंत आविष्कार म्हणून ओळखतात. त्यांना स्वतःला या जगतापासून निराळें असल्याचा, तसेंच या जगताचे ते निर्माण-कर्ते व विनाशकर्ते असल्याचा व त्याचप्रमाणें त्यांना जगताच्या बंधनांचा व त्यांच्या पलीकडे ते असल्याचाही अनुभव येतो. स्वानंद, सामर्थ्य, असीम ज्ञान आणि पूर्ण शांति यांचा ते सतत अनुभव घेतात. या जगताच्या खेळांच्या आनंदाचाहि त्यांना पूर्ण अनुभव असतो. प्रत्येकांत वास्तव्य करणारें आत्मतत्व ते आपण स्वतःच असल्याची त्यांना जाणीव असते; आणि ह्यामुळें ते प्रत्येकास मुक्त 'मज्झुब' अगर सद्‌गुरुस्थिति, परमात्मरूप होण्यास आध्यात्मिक स्वरूपाची मदत करतात.

अवतार हा सर्वश्रेष्ठ सद्‌गुरु

जगामध्यें नेहमी छपन्न सद्‌गुरु अगर पूर्ण व्यक्ति असतात. जाणीवेमध्यें ते एकच असतात; पण, त्यांचें कार्य मात्र निरनिराळें असतें. बहुधा ते समाजापासून अलिप्त राहून अज्ञात स्थितींतच राहतात व आपलें कार्य करीत असतात परंतु, त्यापैकीं पांच नेहमी समाजांत राहूनच कार्य करतात आणि एका अर्थानें ते सर्वांचे आदर्श बनतात; व समाजांत प्रामुख्य आणि महत्व मिळवितात. अवतार कार्यामध्यें अवतार हा सर्व श्रेष्ठ सद्‌गुरु असल्यामुळें तो या आध्यात्मिक राजमंडळाच्या मुख्याची जागा घेतो.

परमेश्वरी "अवतारा"चा खरा अर्थ

अवतारकाल हे जगताच्या वसंत कालाप्रमाणें होत. ते जगता-मध्यें नवीन शक्ति, जागृतीची नवीन जाणीव आणि आयुष्याचा

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

नवीन अनुभव आणतात. आणि हेही कांहीं थोड्यासाठीं नव्हे, तर सर्वांसाठीं. आणि त्यामुळें ज्या जागृति आणि उत्साह या गुणांचा उपयोग व त्यापासून होणारा आनंद कांहीं उत्क्रान्त आत्म्यानांच होत होता, त्या जागृतीचा व उत्साहाचा अनुभव आतां सर्व मानव जातीस मिळूं शकतो. अशा रीतीनें एकंदरींत जीवन जाणिवेच्या वरच्या पायरीवर नेलें जातें; व उत्साहाच्या नव्या दमानें तें चालविलें जातें. विकारांकडून विचारांकडे होणारी क्रांति ही एक पायरी असून विचारांकडून अंतःस्फूर्तींत होणारी क्रान्ति ही दुसरी पायरी होय. दैवी व्यक्तिमत्वाच्या माध्यमांतून ही निर्मितिक्षम नवीन अंतःस्फूर्ति एका विशिष्ट अर्थानें मूर्तरूप होते. हाच परमेश्वरी अवतार होय.

अवतार हा उत्क्रांन्तिद्वारा सद्‌गुरु होणारा पहिलाच आत्मा होय आणि ज्यानें आपला आविष्कार केला व पुढेंही करील असा एकच अवतार आहे. या अवतारामधूनच परमेश्वरानें आपल्या जाणीव नसलेल्या देवपणापासून जाणीव असलेल्या देवपणापर्यंतचा प्रवास पूर्ण केला. जाणीवयुक्त परमात्मा होण्याकरितां त्याला प्रथम नेणिवेंत मनुष्य व्हावें लागलें होतें. मानवांच्या मुक्ततेसाठीं परमेश्वरानें जाणिवपूर्वक धारण केलेला नरदेह म्हणजेच अवतार होय.

विनाश थांबविण्यासाठीं अवतार

अवतार हा निरनिराळ्या रूपांत निरनिराळ्या नांवांनीं निरनिराळ्या कालीं आणि जगताच्या निरनिराळ्या भागांत दृश्यमान होत असतो. मानव जातीचा पारमार्थिक दृष्टीनें नवीन जन्म होत असतांना तो मूर्तरूप धारण करीत असतो. अवताराच्या आविष्कारा-

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

पूर्वीचा काल हा एक प्रकारचा जन्मकाल असल्यामुळें या काळांत मानवांस जन्मापूर्वीचे निरतिशय दुःख भोगावें लागते. या कालांत मनुष्य वासनेचा नेहमीपेक्षा अधिक गुलाम बननेला, लोभाकडे अधिक आकृष्ट झालेला, व त्याचप्रमाणें भीतिग्रस्त व अधिक क्रोधाविष्ट झालेला दिसतो; 'बळी तो कान पिळी' अशी स्थिति होऊन श्रीमंत गरिबावर जुलूम करतात; जे सत्ताधीश असतात अशा थोरांच्या फायद्यासाठीं बहुजनसमाज लुटला जातो; आणि ज्या मनुष्यास शांति अगर विश्रांति मिळत नाहीं तो चैतन्याच्या कृत्रिम उद्दीपनांमध्यें (Excitement) स्वतःस विसरण्याचा प्रयत्न करतो. त्यामुळें समाजाची सर्व बाजूंनें अधोगति होते, राष्ट्रीय व जातीय द्वेष उत्पन्न होऊन ते वाढतात, युद्धें उद्भवतात; मानव निराश होतो. आणि ही नाशाची लाट थांबविण्यासाठीं शक्यता दिसेनाशी होते.

अशा काळीं अवतार येतो. अवतार हा मनुष्यरूपांत परमात्म्याचा पूर्ण आविष्कार असल्यामुळें तो मानवाचा निकष बनतो; व त्याच्याकडे पाहून मनुष्य आपण स्वतः काय आहोंत व काय होऊं शकूं याची कल्पना करूं शकतो.

बंधमुक्त व द्वंद्वातीत

त्याचें (अवताराचें) सर्व गोष्टींत लक्ष असतें परंतु तो मात्र सर्व वस्तुमात्रापासून अलिप्त असतो. थोडक्या दुःखानें त्याला करुणा येईल; परंतु अतिशय मोठ्या दुःखानेंही त्याची चलबिचल होणार नाहीं. तो सुख व दुःख, वासना व तृप्ति, शांति व कलह, जन्म व मृत्यु या द्वंद्वांच्या पलिकडे असतो. लोक ज्यांनीं बांधले गेले आहेत, परंतु ज्यांच्यापासून तो स्वतः मुक्त आहे व ज्यांच्यापासून

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

लोकांना मुक्त करण्याकरितां तो आला आहे अशी हीं द्वंद्वें म्हणजे त्याच्या दृष्टीनें केवळ भ्रम होत. प्रत्येक क्षणाचा उपयोग तो दुसऱ्यांना मोक्षमार्गांत नेण्याकडे करीत असतो. मृत्युनंतर देखील मनुष्याचें अस्तित्व नष्ट होत नाहीं, हें त्याला माहित असतें. म्हणून मृत्युची त्याला काळजी वाटत नाहीं.

देवपण–निर्मिति शक्ति

जे त्याच्याजवळ राहतात त्यांच्या अंतःकरणांत तो प्रेम जागृत करतो व या प्रेमामुळें उत्पन्न होणाऱ्या सेवा करण्याच्या इच्छाज्योतिमध्यें सर्व स्वार्थी इच्छा नष्ट होतात. जे त्याला आपले आयुष्य वाहून देतात, ते जाणिवेत हळूहळू त्याच्याशीं एकरूप होऊन जातात, हळूहळू त्यांची मानवता त्यांच्या देवपणांत विरून जाते आणि ते मुक्त होतात.

प्रत्येक सद्‌गुरूस बारा शिष्य

जे त्याच्या अगदीं निकटचे असतात ते त्याच्या अंतरंगांतील (Circle) म्हणून समजले जातात. प्रत्येक सद्‌गुरूस बारा शिष्यांचे एक अंतर्वर्तुळ असतें आणि ते शिष्य कार्य व अधिकार या बाबतींत सद्‌गुरुहून भिन्न असतात. तरी आत्मबोधाच्या बाबतींत ते सद्‌गुरूच्या बरोबरीचे केले जातात. अवतारकालामध्यें अवताराचें १२० शिष्यांचें वर्तुळ असतें. यापैकीं सर्वांना आत्मबोधाचा अनुभव येतो आणि ते दुसऱ्यांच्या मुक्तीसाठीं कार्य करीत राहतात.

स्वर्गीय जीवनाचा प्रयोग

अवतार त्याच्या पिढींतील लोकांना त्यांच्या खऱ्या आत्मरूपाची जागृति करून देतो. ज्यांची तयारी झाली असेल त्यांना

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

मुक्ति देतो, आणि एकंदरीत तत्कालीन आत्मपर जीवनांत नवीन जोम आणतो. त्याच्या दिव्य मानवी उदाहरणाची, दिव्य जीवनाच्या उदात्ततेची, वासनारहित प्रेमाची, केवळ दुसऱ्यांच्यासाठींच उपयोगिलेल्या सामर्थ्याची, महत्वाकांक्षेनें त्रस्त न झालेल्या शांतीची आणि भ्रमानें अंधुक न झालेल्या ज्ञानाची स्फूर्तिप्रद शक्ति पुढील पिढीसाठीं राहते. पृथ्वीवर स्वर्गीय जीवनाचा आणि सर्व मानवतेसाठीं दिव्यचरित्राचा प्रयोग त्यानें करून दाखविलेला असतो. ज्यांच्या अंगीं जरूर तें धैर्य व प्रामाणिकपणा असतो ते त्यांस स्वेच्छेनें अनुसरूं शकतात.

अंधःकारांतून प्रकाशाकडे

ज्यांच्या अंगीं पारमार्थिक जागृति आहे, त्यांना हल्लींचा काल हा अवतारकालापूर्वी येत असलेल्या कालासारखा आहे हें माहित आहे. जे स्त्रीपुरुष पूर्णपणें जागृत नाहींत त्यांना देखील हें आतां समजूं लागलें आहे; अंधकारांतून ते प्रकाशाकडे येण्याचा प्रयत्न करीत आहेत. आपल्या दुःखांतून ते सुखाकडे जाण्याची इच्छा करीत आहेत; स्वतः जीवनकलहामध्यें आपण बुडून गेलों आहोंत असें त्यांना आढळून येत आहे व त्या जीवनकलहांतून आपल्याला शांति व मुक्ति मिळावी अशी ते प्रार्थना करीत आहेत.

शांतिसाम्राज्य केव्हां पसरेल ?

पण, कांहीं काल त्यांना धीर धरलाच पाहिजे. कारण, विनाशाची लाट आणखी उंच वाढून ती अधिक दूरवर पसरली पाहिजे. परंतु, जेव्हां मनुष्य अगदीं अंतःकरणापासून संपत्तीपेक्षां कांहीं

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अधिक टिकाऊ व ऐहिक सामर्थ्यापेक्षां अधिक शाश्वत अशा वस्तूची इच्छा करील, तेव्हांच ही विनाशाची लाट ओसरेल, तेव्हांच शांति येईल, आनंद आणि प्रकाशही तेव्हांच येईल

माझें मौन सोडणें—माझें सार्वजनिकरित्या प्रगट होण्याचें चिन्ह आतां फार लांब नाहीं. मनुष्य ग्रहण करू शकेल इतका परमोच्च अमोल ठेवा मी आणीत आहे. या अमोल ठेव्यांत इतर सर्व संपत्ति समाविष्ट आहेत. हा ठेवा अक्षयीं टिकणारा आहे व दुसऱ्यास देत जाण्यानें हा वाढत जातो. ह्या अपार संपत्तीचे ग्रहण करण्यास तयार व्हा.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(२)

स्वार्थाचें मूळ व पर्यवसान.

स्वार्थीपणाचें पृथक्करण.

कृति आणि अनुभव यामध्यें आपल्या वासनांची तृप्ति मिळवून घेण्याच्या प्रवृत्तिमध्येंच स्वार्थाचा उगम होतो. स्वस्वरूपाच्या अज्ञानांतच स्वार्थाचा उद्भव आहे. जाणिवेच्या उत्क्रांतीच्या दीर्घ कालांत निर्माण झालेल्या, निरनिराळ्या प्रकारच्या ठशांनीं मानवी जाणिवेचें आकाश व्याप्त झालेलें असतें. हेच ठसे वासनांच्या रूपांत व्यक्त होतात, आणि जाणिवेचें कार्यक्षेत्र त्यांच्या योगानें मर्यादित होऊन बसतें. हे ठसे म्हणजेच संस्कार होत व ते जाणिवेच्या क्षेत्रांभोंवतीं एक कुंपण उत्पन्न करतात. संस्कारांचें वर्तुळ म्हणजेच जाणिवेच्या क्षेत्रांची मर्यादा होय. या वासनांपैकी कांहींमध्यें कृति सुप्तावस्थेंत असतें, परंतु कांहीं वासना मात्र कृतींच्या रूपानें व्यक्त होतात. कृतींच्या रूपानें व्यक्त होण्याचें वासनांचें सामर्थ्य त्यांच्याशीं संबद्ध असलेल्या संस्कारांच्या प्रमाणावर आणि प्राबल्यावर अवलंबून असतें. भूमितीच्या रूपकाच्या भाषेंत बोलावयाचें म्हटलें म्हणजे जेव्हां वासना कृतींत व्यक्त होते, तेव्हां तिच्याशीं संबद्ध असलेल्या संस्कारांनीं बनलेल्या वर्तुळाच्या त्रिज्येएवढें अंतर ती काटते. जेव्हां एखादी वासना पुरेशी बलवती होते, तेव्हां ती परिपूर्ण होण्यासाठीं कृतींमध्यें व्यक्त होते.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अपेक्षेचा परिणाम-असंतोष.

वासनांच्या क्षेत्राएवढेंच स्वार्थाचेंही क्षेत्र आहे. अनंत वासनांच्या अडथळ्यापुढें आत्म्याला स्वतःच्या खऱ्या स्वरूपाचें अनिर्बंध व पूर्ण प्रादुर्भवन करणें कठीण होऊन बसतें, आणि आयुष्य स्वार्थ-केंद्रित व संकुचित होतें. व्यक्तीच्या 'मीपणाचें' सारें जीवन सतत पाहिजेपणाच्या म्हणजे ज्या बदलतात आणि नाश पावतात अशा गोष्टींच्या द्वारें वासनांची तृप्ति करून घेण्याच्या प्रयत्नांच्या पकडींत असतें. **परंतु क्षणभंगुर गोष्टींच्या द्वारें खरी तृप्ति होणें कधींहि शक्य नाहीं.** पळत्या गोष्टींपासून मिळविलेलें समाधान टिकाऊ नसतें, व मनुष्याच्या वासना अतृप्तच राहतात. याप्रमाणें सार्वत्रिक असमाधान व अनेक प्रकारच्या चिंता उत्पन्न होतात.

काम, क्रोध व लोभ.

खंडित (Frustrated) अहंभाव मुख्यत्वानें काम, क्रोध आणि लोभ यांमधून व्यक्तरूप होतो. कामवासना ही बऱ्याच बाबतींत लोभासारखीच असतें. परंतु तिच्या तृप्तीच्या पद्धतीमध्यें फरक आहे, कारण तिचा या स्थूल जगताशीं संबंध आहे. स्थूल शरीर माध्यमांतून कामवासना व्यक्तरूप होते, आणि तिचा स्थूल देहाशीं संबंध असतो. स्थूल जगताशीं बांधणाऱ्या शृंखलेचा हा एक प्रकार आहे. लोभ ही एक हृदयाची अस्वस्थ स्थिति आहे. सत्ता आणि संपत्ति यांची हांव हें त्याचें रूप होय. वासनांच्या तृप्तीसाठींच संपत्ति आणि सत्ता मिळविण्याचा प्रयत्न केला जातो. वासनांची तृप्ति करण्याच्या प्रयत्नांत मनुष्याचें केवळ कांहीं अंशानेंच समाधान होतें. आणि हें अर्धवट समाधान लोभाची आग विझवून टाकण्याऐवजी

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

तिला वारा घालून अधिक प्रज्वलित करितें. अशा रीतीनें लोभाच्या क्रीडाक्षेत्रांस अमर्याद वाव मिळतो. तो मनुष्यास सदैव असंतुष्ट करून सोडतो. लोभाच्या मुख्य रूपांचा मनुष्याच्या विकारांशीं संबंध असतो. सूक्ष्म जगताशीं बांधणाऱ्या शृंखलेचा हा एक प्रकार आहे. क्रोध हा चिडलेल्या मनाचा धूर होय. इच्छा खुडल्या गेल्यामुळें अगर अपुऱ्या राहिल्यामुळें त्याचा उद्भव होतो. तो उपाधियुक्त अहंभावाचें पोषण करतो, व सत्ता आणि चढाई यांकरितां त्याचा उपयोग होतो. वासनांच्या पूर्तीमध्यें येणारे अडथळे दूर करणें हें क्रोधाचें लक्ष्य असतें. क्रोधाची लहर अहंभाव व गर्व यांस पुष्ट करते. क्रोध हा उपाधियुक्त अहंभावाचा सर्वांत मोठा सहकारी होय. मन हें क्रोधाचें स्थान आहे, आणि मनाच्या चेष्टांमधूनच तो बहुधा व्यक्त होतो. मानसिक गुंतीचें क्रोध हे एक रूप आहे. काम, क्रोध आणि लोभ यांचीं अनुक्रमें शरीर, मन व हृदय हीं व्यक्त होण्याचीं साधनें होत.

दुष्ट वर्तुळ.

मनुष्याला काम, क्रोध व लोभ यामुळें निराशेचा अनुभव येतो, तरी देखील खंडित अहंभाव काम, क्रोध आणि लोभ यांच्याद्वारांच अधिक समाधान मिळविण्याच्या मार्गे लागतो अशा तऱ्हेनें जाणीव ही **चिरकाल निराशेच्या दुष्ट वर्तुलामध्यें** सांपडते. काम क्रोध अगर लोभ हे व्यक्त होण्यामध्यें अडथळा आल्यास निराशा उत्पन्न होते याप्रमाणें निराशा ही स्थूल, सूक्ष्म व मानसिक गुंतागुंतीची सर्वसामान्य प्रतिक्रिया असते. काम, क्रोध व लोभ हे स्वार्थाचें क्षेत्र व्यापून असतात. त्यांच्या अपूर्तीमुळें उद्भवलेली खिन्नता म्हणजेच निराशा होय. या तिन्ही अंगीभूत दुर्गुणांचें मूळ जो स्वार्थ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

तोच शेवटीं निराशा आणि काळजी यांचे कारण असतो. स्वार्थ हा आत्मघातकी आहे. तो वासनांच्या द्वारें तृप्ति करून घेण्याचा प्रयत्न करतो; परंतु शेवटीं चिरस्थायी असमाधानच त्याच्या वांट्यास येते.

सुखाचा मार्ग.

वासना अमर्याद असल्यानें स्वार्थ हा खास असमाधान आणि निराशा यांप्रत नेतो. म्हणून सुखाचा प्रश्न हा वासना सोडण्याचा प्रश्न होय केवळ यांत्रिक दडपणामुळें वासनांवर ताबा मिळवितां येत नाही. केवळ ज्ञानानेंच त्या नष्ट होऊं शकतात. विचारांच्या साम्राज्यांत तुम्ही खोल जाऊन पहाल, आणि थोडा वेळच जर गंभीरपणानें विचार कराल, तर तुम्हाला वासनांचा फोलपणा समजून येईल. आतांपर्यंत जें सुख उपभोगिलें व दुःख उपभोगिलें त्याचाही विचार करा. आजपर्यंत आयुष्यांत ज्याचा उपभोग घेतला तें आज कांहींच नाहीं व जें दुःख उपभोगिलें तेंही आज समोर नाहीं. सारा कांहीं भ्रम होता. आनंदमय असणें हें तुमच्यावर आहे, तरीही तुम्ही केवळ वस्तूंच्या हव्यासानें स्वतः-वर दुःख ओढवून घेतां. लोभ हाच सतत अस्वस्थतेचें मूळ आहे. तुम्हाला हवी ती वस्तू मिळाली नाहीं म्हणजे तुम्ही निराश होतां. जर ती तुम्हांस मिळाली तर तुम्हांला ती अधिकाधिक हवी असते, आणि म्हणून तुम्ही दुःखी होतां. ' मला कांहींही नको ' असें म्हणा आणि सुखी व्हा. वासनांच्या फोलपणाची अविरत जाणीव तुम्हाला ज्ञानपर होईल. आणि हें तत्वज्ञान तुम्हाला गर-जांपासून मुक्त करून चिरंतन सुखाचा मार्ग दाखवील.

वासना त्याग.

वासना व गरज़ा यांमधील फरक काळजीपूर्वक समजून घेतला पाहिजे. अभिमान व क्रोध, काम आणि लोभ हीं सर्व

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

वासनांची रूपें आहेत. तुम्हाला वाटेल, 'जें मला हवेसें वाटतें, तें सर्व मला आवश्यक आहे' परंतु ती चूक आहे. एखाद्या वाळवंटांत प्रवास करतांना जर तुम्हाला तहान लागली असेल, तर तुम्हाला चांगल्या पाण्याची आवश्यकता आहे, परंतु लेमोनेडची नाहीं. जोंपर्यंत मनुष्य देह आहे, तोंपर्यंत मनुष्यास कांहीं आवश्यक गोष्टी असणारच, आणि त्या भागाविणें हेंही जरूर असतें. परंतु वासना ह्या विकृत कल्पनेपासून उत्पन्न होतात. जर कांहीं सुख मिळवावयाचें असेल तर वासना टाकून दिल्या पाहिजेत. स्वार्थ हा वासनामय असल्यानें **वासनांचा त्याग म्हणजे मरणच होय**. स्थूल देहापासून अलग होणें यास सर्व साधारण अर्थानें मरण म्हणतात. परंतु खऱ्या अर्थानें, मरण म्हणजे नीच इंद्रिय वासनांचा त्याग होय. स्वर्ग नरकांचीं उदासवाणीं चित्रें रंगवून धर्मगुरु लोकांस खोट्या मरणासाठीं तयार करीत असतात. परंतु जीवनप्रवाहामध्यें अखंड सातत्य असल्यानें तें मरण हा केवळ भ्रम असतो. खरें मरण म्हणजे वासनात्याग हें होय, आणि तें पायऱ्यापायऱ्यांनीं हळूहळू येतें.

प्रेम व सेवा.

प्रीतीच्या उदयामुळें स्वार्थाचें मरण सोपें होतें. प्रीतीनेंच मनुष्य मरत असतो. तुम्हीं जर परस्परांवर प्रेम करूं शकणार नाहीं, तर जो तुम्हाला दुःख देत असेल त्यावर तुम्हीं प्रेम कसें करूं शकाल ? स्वार्थाची बेडी अज्ञानामुळेंच उत्पन्न होत असते आपल्या कृतीचें व अभिरुचींचें क्षेत्र वाढविल्यानें आपणांस अधिक उच्च प्रकारचें समाधान मिळेल असें जेव्हां मनुष्याच्या लक्षांत येतें तेव्हां तो सेवा-तत्पर जीवनाकडे वळतो. या स्थितीमध्यें त्याला पुष्कळ सद्वासना

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

असतात. त्याला इतरांचें दुःखनिवारण करून व मदत करून त्यांना सुख द्यावेसें वाटते. आणि अशा सद्वासनांमध्यें जरी अप्रत्यक्षपणें स्वार्थाशीं संबंध असतो, तरी चांगल्या कृत्यावर संकुचित स्वार्थाची पकड नसते. सद्वासनादेखील एका अर्थानें उच्च प्रकारच्या आणि विस्तृत स्वार्थीचींच रूपें असतात; कारण वाईट वासनांप्रमाणें त्याही द्वंद्वांच्या राज्यांतच वावरत असतात. परंतु सद्वासनांची पूर्ति करीत असतांना स्वार्थ हा परिणामीं ज्यांत त्या सद्वासना देखील नष्ट होऊन जातील अशा विशाल कल्पनेचा अंगिकार करीत असतो. स्वतःचीच चमक दाखविण्याऐवजीं अगर स्वतःकडेच लोकांना आकर्षून घेण्या-ऐवजीं अगर संग्रही (Possessive) बनण्याऐवजीं मनुष्य दुसऱ्यांच्या उपयोगीं पडण्यास शिकतो.

स्वार्थाची उत्पत्ति.

अहंभावाच्या घटकांमध्यें ज्या वासना शिरतात, त्या चांगल्या किंवा वाईट असतात. साधारणपणें, वाईट वासनांना स्वार्थाचा प्रकार समजतात, आणि सद्वासनांना त्यागाचा प्रकार समजतात. परंतु स्वार्थ आणि त्याग यांना विभागणारी अशी एखादी सीमारेखा नाहीं. दोन्हींही द्वंद्वाच्या राज्यांतच वावरतात, आणि शुभाशुभ-द्वंद्वातीत दृष्टीने पहातां स्वार्थ आणि त्याग यांतील फरक मूलतः क्षेत्रविस्तारांत आहे. व्यक्तीच्या अहंभावयुक्त जीवनांची स्वार्थ आणि त्याग हीं एकमेकांशीं संबंध असलेलीं दोन अंगें आहेत. संकुचित व्यक्तित्वाभोवतीं जेव्हां सर्व वासना गोळा होतात, तेव्हां स्वार्थ उत्पन्न होतो. जेव्हां या अव्यवस्थित अवस्थेतील वासनासमूहाची वाताहत होऊन जाते, तेव्हां त्यागाचा उगम होतो, आणि

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

वासना विरल होऊन त्या अधिक क्षेत्र व्यापतात. स्वार्थ म्हणजे मर्यादित क्षेत्राभोवतीं इच्छा संकुचित करणें होय, व त्याग म्हणजे इच्छेनें विस्तृत क्षेत्रास व्यापणें होय. विरोधाभासाच्या द्वारें सांगावयाचें म्हणजे त्यागाचें स्वार्थ हें संकुचित स्वरूप होय, आणि त्याग म्हणजे स्वार्थास कृतीच्या अधिक व्यापक क्षेत्रांत आणणें होय.

स्वार्थाचें निःस्वार्थांत रुपांतर.

द्वंद्वांच्या क्षेत्रापलीकडे जाण्यापूर्वी स्वार्थाचें निःस्वार्थांत रूपांतर झालें पाहिजे. सतत आणि चिकाटीनें केलेलीं सत्कृत्यें स्वार्थ झिजवून टाकतात. चांगल्या कृत्यांतून व्यक्त झालेला आणि त्यांत विस्तृत झालेला स्वार्थ अंती स्वार्थाच्याच नाशास कारण होतो. **पुण्य म्हणजे पुष्ट होत असलेल्या आणि नष्ट होत असलेल्या स्वार्थामधील सांधा आहे.** प्रथमतः स्वार्थ हा वाईट प्रवृत्तींचा जनक होत असला तरी अखेर तो सत्कृत्यांच्या द्वारां स्वतःचाच पराजय करून घेणारा वीर ठरतो. जेव्हां असत् प्रवृत्तींची जागा सत् प्रवृत्ती घेतात तेव्हां स्वार्थाचें त्यागांत रूपांतर होतें; म्हणजे जगाविषयींच्या कळकळींत स्वार्थ स्वतःस विसरून जातो. हें चांगलें आणि त्यागयुक्त जीवन जरी परस्पर विरोधी द्वंद्वांनीं बद्ध असलें तरी पुण्य हें द्वंद्वांपासून मुक्त होण्यास आवश्यक आहे. पुण्य हें स्वतःचें अज्ञान नष्ट करण्याचें साधन आहे.

समष्टिरूप आत्मीयता.

पुण्यशील जीवनांतून आत्मा परमेश्वराकडे जातो. पाप पुण्य, दुर्गुण सद्गुण आणि दुसरीं मायेचीं द्वंद्वे यांच्या पलीकडे असलेल्या अशा **समष्टिरूप आत्मीयतेंत** त्यागाची देखील कल्पना

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

विराम पावते. स्वार्थरहित परमोच्च स्थिति म्हणजेच सर्वांशीं तादात्म्य वाटण्याचा प्रारंभ होय. मुक्तीच्या स्थितिमध्यें सर्वसाधारण स्वरूपाचा स्वार्थही नसतो अगर निःस्वार्थही नसतो, तर या दोहोंची परिणति होऊन ते सर्वात्मभावनेमध्यें विरून जातात. सारें चैतन्य मूलतः एकच आहे ही प्रतीति आली म्हणजे शांति आणि आनंद यांचा लाभ होतो परंतु एकत्वाच्या अनुभवामुळें अध्यात्मपर जीवनाचा प्रवाह बंद होत नाहीं अगर व्यवहारांतील गोष्टींचें सापेक्ष महत्व नष्ट होत नाहीं. **आत्मीयतेची भावना अखिल वस्तुमात्रांशीं संवादिता उत्पन्न करते पण त्यामुळें तुलनात्मक विवेक नष्ट होत नाहीं. तसेंच या सर्वात्मभावनेंत अचल शांति मिळते. परंतु सभोंवालच्या परिस्थितीविषयीं बेफिकीरि उत्पन्न होत नाहीं.** आणि ही एकत्वाची जाणीव कल्पनांच्या एकीकरणावर नसून ज्यामध्यें सर्वांचा समावेश होतो अशा अन्तिम सत्याशी वस्तुतः झालेल्या ऐक्यावर अधिष्ठित असते.

अंतिम सत्याशीं ऐक्य.

सर्व वासनांचा निरास करून आणि अन्तिम सत्याशीं एकरूप होण्याची केवळ एकच इच्छा ठेऊन तुमचें अन्तःकरण खुलें करा. सभोंवतालच्या बदललेल्या परिस्थितीमध्यें तें अन्तिम सत्य शोधावयाचें नसतें, तर तें स्वतःमध्येंच शोधावयाचें असतें. जेव्हां जेव्हां आत्मा तुमच्या मानवी अन्तःकरणांत प्रवेश करण्याची इच्छा करतो, तेव्हां तेव्हां तें वासनांनीं परिपूर्ण भरलेलें व सर्व द्वारें बंद असलेलें आढळून येतें. तुमच्या अंतःकरणाचीं द्वारें बंद ठेवूं नका सर्व भूतमात्रांत शाश्वत आनंदाचें उगमस्थान आहे, तरी अज्ञानानें उत्पन्न झालेल्या वासनामुळें सर्व लोक दुःखी असतात. उपाधियुक्त अहंभाव जेव्हां सर्व वासनांसहित मावळतो, तेव्हांच चिरंतन आनंदाचें ध्येय पूर्णपणें प्रकाशमान होतें.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अध्यात्म ही जीवनविषयक निश्चयात्मक प्रवृत्ति होय.

वासनांचा त्याग म्हणजे देहदंड किंवा जीवनविषयक निषेध-प्रधान वृत्ति नव्हे. अशा प्रकारच्या केवळ निषेधात्मक वृत्तीमुळें मानव अमानुष बनेल. देवपणा मानवतेस सोडून नाहीं. अध्यात्मानें मानवतेचा उत्कर्ष झाला पाहिजे. मनुष्यांमध्यें जें चांगलें, विशाल आणि सुंदर असेल तें प्रकट करण्याची प्रवृत्ति म्हणजेच अध्यात्म होय. परिस्थितीमध्यें जें सुंदर आणि मधुर असेल त्या सर्वांचा अध्यात्मामुळें परिपोष होतो. अध्यात्मपर जीवन म्हणजे बेजबाबदार-पणा नाहीं, व त्याकरितां व्यवहारांतील कर्तव्यांचा त्याग करण्याची आवश्यकता नाहीं. व्यक्तीचें समाजांतील विशिष्ट स्थान व त्याची परिस्थिति यामुळें उत्पन्न होणारी जबाबदारी पार पाडतांना अगर व्यवहारांतील कर्तव्यें करीत असतांना अन्तरात्मा वासनासंभारापासून केवळ विमुक्त राहिला म्हणजे पुरें. द्वंद्वांच्या गुतागुंतीपासून अलिप्त असण्यांतच पूर्णता आहे. ही गुतागुंत सुटल्याशिवाय अबा-धित व उद्भवकर अस्तित्वास प्रारंभ होऊं शकत नाहीं. परंतु गुंता-गुंतीच्या भीतीनें जीवनापासून दूर पळण्यानें ही मुक्तता प्राप्त होत नसते. असलें पळणें म्हणजे जीवनाचा निषेध होय निसर्गांतून व्यक्त होणाऱ्या द्वंद्वापासुन दूर राहण्यांत पूर्णता नाहीं. या गुंता-गुंतीपासून दूर पळण्याच्या प्रयत्नांत जीवनाबद्दलची भीति दिसून येते. द्वंद्वाचा प्रभाव होऊं न देतां जीवनास व्यवस्थितपणें व पूर्णपणें तोंड देणें यांतच परमार्थ आहे. परमार्थ म्हणजे मनाची निर्भ्रान्त स्थिति असून त्याच्या प्रभावांत सर्व प्रकारचा मोह निर्बल होतो. जीवनाच्या निरनिराळ्या स्वरूपांशीं संबंध न टाळतां सिद्ध पुरुष आत्यन्तिक कर्तव्यतत्परता राखूनही पूर्णपणें अलिप्त राहूं शकतो.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

प्रार्थनेचें रहस्य.

निरनिराळ्या विश्वधर्मांमध्यें निरनिराळ्या प्रार्थना प्रचारांत आढळून येतात; व प्रत्येक धर्मांतील बहु संख्य लोक त्या धर्मांत प्रचलित असलेल्या विशिष्ट प्रार्थनांनाच विशेष महत्व देतात. बहुधा प्रार्थना करण्याची भाषा, पद्धत, वेळ व ज्या शब्दांत प्रार्थना करावयाची तें शब्द देखील ठरलेलेच असतात; व ह्या पद्धतीविशेषांत एखादा लहान सहान देखील फरक झाल्यास प्रार्थनेचे आध्यात्मिक महत्व कमी होतें अशीच बहु संख्य लोकांची समजूत असते. सारांश, साधारणतः बहुजन समाजाच्या प्रार्थनेमध्यें अंतरंगापेक्षां बहिरंगावर व भावार्थापेक्षां बाह्यविधीवर जास्त जोर असतो, परंतु ह्या प्रवृत्तीमुळें अनेकवेळा प्रार्थना म्हणजे यांत्रिक पोपटपंचीच बनत जाते व प्रार्थनातत्वाचा गूढार्थ बाजुलाच राहतो.

वास्तविक पाहतां **प्रार्थना तत्वाचे खरे रहस्य तद्‌द्वारा होणाऱ्या विचार व भावना यांच्या समन्वयांत आहे.** शुद्ध विचार व उदात्त भावना ह्या परस्पराशीं समरस व एकरूप होण्याकरता प्रार्थने इतके सुलभ व प्रभावशाली दुसरे साधनच नाहीं. केवळ अध्यात्मचिंतनाने बुद्धि प्रखर होईल; केवळ कर्मकांडांतील विधीयुक्त पूजेमुळें शरीराला व मनाला शिस्तीचे वळण लागेल व थोडा बहुत हृदयाचाही विकास होईल; परंतु **अंतःकरणांत स्वयंस्फूर्तीने उत्पन्न**

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

होणाऱ्या प्रार्थनेमुळें बुद्धि व भावना ह्या दोन्हीही शुद्ध व प्रकर्षावस्थेंत जाऊन एकमेकांत सहज विलीन होतात.

जोपर्यंत मनुष्याच्या अंतरंगांत अशा प्रकारची सुसंवादिता निर्माण होत नाहीं तोपर्यंत त्याला आत्मज्ञान अथवा सत्यप्रतीति कधीही होणे शक्य नाहीं; व म्हणूनच निरनिराळ्या विश्वधर्मांत जे प्रार्थनेला महत्व दिले आहे ते योग्य आहे. प्रार्थनेमुळें मनांत शांति व ज्ञान यांचा उदय होतो; परंतु हे ध्येय साध्य होण्याकरितां प्रार्थना विषयक खालील गोष्टी ध्यानांत ठेवल्या पाहिजेत.—

(१) मनुष्याने ईश्वराची, ईश्वरी अवताराची, किंवा ईश्वरस्वरूप सद्गुरूची प्रार्थना अंतःकरणपूर्वक करावी.

(२) प्रार्थना करण्यामध्यें ऐहिक किंवा पारलौकीक स्वार्थ साधण्याचा हेतु नसावा.

(३) आपल्याला परमात्म्याचें खरें स्वरूप समजावें व आपण त्याच्याशी एकरूप व्हावे हेच प्रार्थनेचे उद्दिष्ट असावे.

(४) मनावर दडपण आणून कशीतरी केलेली प्रार्थना कंटाळवाणी व अर्थहीन असते. उलटपक्षीं, स्वयंस्फूर्त व प्रेमपरिप्लुत प्रार्थना नितांत सुंदर व शांतिप्रद असते.

(५) केवळ बुद्धिनिष्ठ प्रार्थना रुक्ष व पंगु असते. प्रार्थनेंत उत्कट प्रेमाचा ओलावा असणें अवश्यक आहे. बुद्धि व भावना ह्या दोहींना प्रार्थनेंमध्यें पूर्ण अभिव्यक्ती मिळाली पाहिजे व ह्या दोन घटकांमध्यें समतोलपणा पाहिजे. सारांश, प्रार्थना एकांगी नको.

—o—

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri
२०५/२३

नाममहात्म्य संदेश

(विश्वशांति नामसप्ताहाकरितां)

सर्व जग हल्लीं दुःख व गोंधळ यांचा अनुभव घेत आहे. या दुःखांतून व अंदाधुंदींतून आध्यात्मिक सुव्यवस्था निर्माण करण्याकरतां अखिल विश्वाच्या मुळाशीं असणाऱ्या दैवी शक्तीची प्रार्थना करण्याशिवाय दुसरा मार्ग नाहीं. परमेश्वराची अंतःकरणपूर्वक प्रार्थना केल्यास व त्याचें नांव कोणत्यातरी धर्म पद्धतीनें घेतल्यास मानवाचें अंतःकरण शुद्ध होऊन ईश्वरी व निर्मितिक्षम प्रकाशपर शक्तीचा आविष्कार होतो परमात्माच एकमेव सत्य वस्तु आहे; आणि जे कोणी त्याला भक्तिपूर्वक शरण जाऊन त्याचें प्रेमानें स्मरण करतात, ते स्वतःच्याच शिवात्म्याशी व अखिल विश्वांतील चैतन्याशीं एकरूप होतात. ज्या दैवी प्रेमानें मानवाचें सर्व प्रश्न सुटू शकतात. तें जागृत करण्याचें सामर्थ्य केवळ आत्मज्ञानी लोकांमध्येंच असतें.

पुस्तकालय
गुरुकुल कांगड़ी

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

पुस्तकालय
गुरुकुल कांगड़ी

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

MEHER PUBLICATIONS

1. **Meher Baba's Discourses** (Five Volumes) each Rs. 2–0
2. **Gems from the Teachings of Meher Baba** Rs. 1–4
3. **Divine Theme**—By Meher Baba Rs. 4–0
4. **Perfect Master (Life of Shri Meher Baba)** —By C. B Purdom Rs. 6–0
5. **Meher Baba—The Awakener** —By Dr. C. D. Deshmukh, M. A., Ph. D. (London) (With Foreword by Princess Norina Matchbelli) Re. 1–0
6. **Shri Meher Baba–His Philosophy & Teachings** - By A. K. Abdulla Re. 1–0
7. **Meher Baba**—By Eastern & Western Disciples Rs. 0–3
8. **Sayings of Shri Meher Baba** Rs. 0–4
9. **Shri Meher Baba** Vol. I (Gujrathi) —By F. H. Dadachanji Re. 2–0
10. **Meher Baba** (Urdu)—By K. E. Afseri Rs. 0–2
11. **Meher Baba** (Persian)– By S. A. Adbas Rs. 0–2
12. श्रीमेहेरबाबा और उनके अध्यात्मपर लेख (हिंदी) Rs 1–8
13. श्रीमेहेरबाबा (मराठी) —By Dr. C. D. Deshmukh, M. A., Ph. D. Rs. 1–8

Can be obtained from:—

ADI. K. IRANI,

Meher Baba Universal Spiritual Centre

King's Road, Ahamednagar.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अवतार मेहेरबाबा माला

संचालक व प्रकाशक
मेहेरबाबा जागतिक अध्यात्मकेंद्र,
किंग्ज रोड, अहमदनगर.

संपादक
दि. ह. पोफळी, बी. एससी. एलएल. बी.
अवतार मेहेरबाबा कार्यालय,
धनतोली, नागपूर.

श्रीमेहेरबाबा

आपल्या दैवी प्रेमाने व प्रज्ञासंपन्न सामर्थ्याने श्रीमेहेरबाबा मानवास नवीन दृष्टि व परमशांति देतात. अखिल मानवतेमध्यें अकलंकित बंधुतेची प्रस्थापना करून सत्य व प्रेम यांवर अधिष्ठित असलेलें नवयुग निर्माण करणें हेंच त्यांचें अवतारकार्य आहे. त्यांनी जुलै. १९२५ पासून मौन धरले आहे.

श्रीमेहेरबाबांचे अध्यात्मपर लेख व दिव्य संदेश मराठी भाषेतून वाचक वर्गास मिळावेत हा 'अवतार मेहेरबाबा माले'चा उद्देश आहे.

वार्षिक वर्गणी रु. २ पो. ख. सह.

पत्ता
अवतार मेहेरबाबा कार्यालय
धनतोली, नागपूर.

दि. ह. पोफळी,
संपादक.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अवतार मेहेरबाबा

माला

पुष्प सातवें

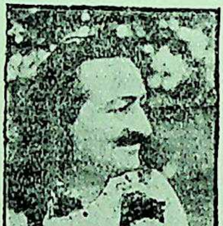
अमोल बोल

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अनुक्रमणिका

१.	दैवी प्रेम	१ ते ३
२.	विधिप्रधान धर्म अथवा कर्मठपणा	४ ते ८
३.	आध्यामिक प्रवासपथ	९ ते १३
४.	बुद्धि, मन आणि माया	१४ ते २०
५.	अध्यात्म-भूमिका व देहत्रय	२१ ते ३०
६.	सद्‌गुरु अथवा पूर्णपुरुष	२७ ते ३०
७.	ईश्वर	३१ ते ३३
८.	द्वादश मुक्ताफळें	३४ ते ३७



श्रीसद्‌गुरु मेहेरबाबा

अनुवादक : **दत्तात्रय सदाशिव सुळे.**

मुद्रक :
पां. ना. बनहट्टी, बी. एस्‌सी.,
नारायण मुद्रणालय, धनतोली, नागपूर.

संचालक व प्रकाशक :
मेहेरबाबा जागतिक अध्यात्मकेंद्र
किंग्ज रोड, अहमदनगर.

१, मे, १९४५]

[किंमत आठ आणे

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ऋते ज्ञानान्न मुक्तिः
पुस्तक सं० 20.5/23
आगत सं० २११८०
दि० 26.3.2002
गुरुकुल कांगड़ी पुस्तकालय

अमोल बोल

(१)

दैवी प्रेम

खरा प्रियतम म्हणजे परमात्मा तुमच्या मनोमंदिरांत प्रवेश करण्यास सदासर्वदा तयारच आहे, पण त्याठिकाणीं तुम्ही आपल्या असंख्य, आभासरूप प्रेमविषयांची-म्हणजे वासनांची खच्चून अडगळ भरून ठेविली आहे. देवासाठी त्यांत रिकामी जागाच नाही. म्हणून तो प्रगट होऊं शकत नाही.

✠ ✠ ✠ ✠

दैवी प्रियतमाचा वियोग होण्यास तुम्ही स्वतःच कारण आहांत. अहंभावाचें उच्चाटन करा म्हंणजे तुम्ही त्याच्याशीं ऐक्य पावाल.

✠ ✠ ✠ ✠

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

खरें प्रेम म्हणजे स्वतःस विसरून प्रियतमास पूर्णतः आत्म-समर्पण करणें, दुसऱ्याकडून सुख मिळविण्याची अपेक्षा न करितां दुसऱ्याच्या सुखाची सोय करण्यासाठी खरें प्रेम संधी शोधीत असतें.

✠ ✠ ✠ ✠

प्रेम हें सर्वश्रेष्ठ दैवी ज्ञान मिळविण्याचें साधन आहे. सरळ सहजस्वभाव आणि तेजोमय स्वयंस्फूर्ति हे दैवी गुण ह्या प्रेमांतच सामील असतात. बुद्धिवादाशीं ह्या प्रेमाचें जमणार नाही. बुद्धीच्या क्षेत्रापलीकडे जाण्यास आणि पुरेपूर आत्मसमर्पण करण्यास खरें प्रेमच कारणीभूत होतें.

✠ ✠ ✠ ✠

सूडाच्या भावनेने द्वेष आणि क्षमेच्या भावनेने प्रेम हीं उत्पन्न होत असतात. झालें तें विसरण्याची उदार वृत्ति प्रेमांतच उत्पन्न होते. अपराध करणारावर ज्या प्रमाणांत तुमचें प्रेम असेल त्या प्रमाणांत तुम्ही त्यास क्षमा करीत असतां.

✠ ✠ ✠ ✠

रोग फक्त योग्य त्या औषधानेच बरा होतो. द्वेषावरील एकमेव औषध म्हणजे प्रेमच होय. एखाद्याबाबत द्वेष मनांत डोकावूं लागतांच स्वतःस आठवण देत चला की ' तोही तुमचेंच स्वरूप आहे. '

✠ ✠ ✠ ✠

हजारों शत्रूंचीं शिरें कापून विजयश्री मिळविण्यापेक्षा एकाचें हृदय पालटविणें ह्यांत अधिक शौर्य आहे. मनांतच अशी शक्ति

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

आहे की, कट्टया शत्रूबद्दलही उदारपणें विचार करीत राहिलें तर, तोच जिगरदोस्त बनूं शकतो.

✠ ✠ ✠ ✠

मत्सर हा प्रेमाने उत्पन्न होत नसून तो क्षुद्रमनस्कतेने होत असतो. क्षुद्रमनस्कता गेली की मत्सर गेलाच.

✠ ✠ ✠

द्वैतांत नित्य दुःखच साठविलें आहे एकतेंतच खरें सुख आहे.

✠ ✠ ✠ ✠

आढ्यता, ग्राम्यता आणि भेदभाव ह्यांचा प्रेमामुळे नायनाट होतो.

✠ ✠ ✠ ✠

दैवी प्रेमाने भरलेल्या खऱ्या प्रेमिकास ऐहिक लोभ भुलवूं शकत नाही. त्याला भुकेचें भान नसतें, इतकेंच नव्हे तर त्याला धड झोपही येत नाही. उलट पाण्याच्या बाहेर काढल्यामुळे तडफडणाऱ्या माशासारखी त्याची स्थिति होते. अनंत प्रेमसागराशीं मीलन होईपर्यंत तो तडफडतच राहतो.

✠ ✠ ✠ ✠

मोक्षमार्गाच्या प्रवासांत प्रेमामुळे मानवी जड बंधनें सुटत जाऊन, स्वतःच्या जिवाचाही विसर पडत जातो. तो विसर पूर्णतः पडला की तो स्वतःतील शिवात्म्याशीं एकत्व पावतो.

———

पुस्तकालय
गुरुकुल कांगड़ी

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(२)

विधिप्रधान धर्म अथवा कर्मठपणा

पूजा ही अंतःकरणापासून पाहिजे. त्यासाठी फार मेहनत घ्यावी लागते, हें लक्षांत ठेवलें पाहिजे. नुसत्या इच्छेने तें साधत नाही. खरी भक्ति आचरणांत आणावयाची असेल तर, चित्तैकाग्रतेसाठी जोराचे यत्न करावे लागतात. कारण विरोधी विचारांमुळे, मनाची चलबिचल होण्याचा संभव फार असतो.

✠ ✠ ✠ ✠

भक्तियोगामध्ये, तत्त्वज्ञान आणि परमार्थ ह्या उच्च ध्येयांवर आधारलेल्या, दैवी प्रेमस्फूर्त पूज्यभावाचा अंतर्भाव होतो. प्रत्येक धर्मपंथामधील अनेक उत्सवसंमारंभांत, त्या ध्येयांची केवळ छायाच काय ती असते.

✠ ✠ ✠ ✠

देवाची भीति नको. भ्याल तर प्रेम कसें कराल ? प्रीति आणि भीति एकत्र नांदू शकत नाहीत. जो मनुष्य ईश्वर–भीरु नसून ईश्वर–प्रेमी असतो, तोच खरा धार्मिक असतो. मातेची भीति न बाळगतां मूल मातेवर साधारणतः नितांत प्रेम करतें; तसें नातें ईश्वर व भक्त ह्यांमध्ये असतें.

✠ ✠ ✠ ✠

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

आपल्या प्रार्थना, विनम्रतेच्या यज्ञवेदीवर देवाला अर्पण करायच्या असतात. विनम्रता ही, दैवीदृष्टीनें, भक्तीपेक्षा अधिक महत्त्वाची आहे. भक्तिभाव हा विनम्र सेवाभावापेक्षा अधिक सोपा आहे. परंतु भक्तिभाव हा पुष्कळ वेळां नम्रभावाप्रत चढण्याची पायरी बनतो.

✠ ✠ ✠ ✠

मंत्रस्तोत्रादिकांचें अवडंबरपूर्वक उच्चारण म्हणजेच खरी भक्ति असें नव्हे. देवाचें कोणतेंही एक नाम सतत जपणें अथवा स्मरण करणें म्हणजेच खरी भक्ति होय.

✠ ✠ ✠ ✠

'देवाशिवाय दुसरें कोठेही कांही नाही' असें जरी लाखो लोक नुसतें बोलतात, तरी बहुतेकांस ऐहिक जग हेंच काय तें सर्वस्व असून देव खोटा किंवा भ्रमात्मक वाटतो.

✠ ✠ ✠ ✠

ऐहिक ऐश्वर्यासाठी देवाची प्रार्थना करणें, ही खरी प्रार्थना नसून तिचें सोंग आहे.

✠ ✠ ✠ ✠

झरथ्रुष्ट्र-दिसोच्या दिवशीं कित्येक पार्शी लोक "झरथ्रुष्ट्र-च्या आत्म्यास शांति मिळो" अशी प्रार्थना करतात. त्यांना खरोखर त्या थोर महात्म्याच्या आध्यात्मिक पदाची यत्किंचित् कल्पनाही नसते; व शिवाय ते दांभिकही असतात. झरथ्रुष्ट्रकरतां असली प्रार्थना करणें म्हणजे त्याचा मोठाच अपमान होय.

✠ ✠ ✠ ✠

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

शेंकडो वर्षांपूर्वी होऊन गेलेला अमुक एकच महात्मा कायतो स्वयंभू, खरा तारक आणि अखेरचा ईश्वरप्रेषित होय, असें मानून किंवा अमुक एकाच प्रकारच्या ईश्वरविषयक कर्मठ-पणाच्या कृतीस चिकटून, तुमचा उद्धार होणार नाही. तुम्हांस भवसागर तरून जायचें असेल तर आपलें मन जिंका; आचरणांत शुद्धता आणा; हीन वासना टाकून द्या; आणि ईश्वरत्व प्राप्त झालेलें आहे, अशा सद्गुरूचे अनुयायी व्हा.

✠ ✠ ✠ ✠

अनेक धर्मांच्या अनुयायांकडून आजकाल साजऱ्या केल्या जाणाऱ्या धार्मिक उत्सवसमारंभांपैकीं बहुतेक निरुपयोगी आणि टाकाऊ आहेत. ह्या बेकाम समारंभांची सारी जबाबदारी, ऐहिक सुखसंपत्तीसाठी हपापलेल्या धर्ममार्तंडांवर पडते. संत, सद्गुरु आणि प्रभुसेवक हे उत्सवसमारंभांनी बांधले जात नाहीत.

✠ ✠ ✠ ✠

ऐहिकांतच मन गुंग असणारे नाममात्र धर्मगुरु, दिवसभर चर्पटपंजरीयुक्त प्रार्थनांची बडबड करीत राहिले, आणि अवडंबर-पूर्वक हा नाही तो विधि करीत राहिले, तरी त्यांपासून कोणाचेंही पारमार्थिक हित करूं शकणार नाहीत. विषवृक्षास अमृताचें सिंचन करीत राहिलें, तरी तो भक्षणयोग्य फळें देणार नाहीच.

✠ ✠ ✠ ✠

कट्टर मतें आणि पोकळपांडित्याचे, कर्मठपणाचे विधि ह्यांचे समर्थनार्थ सतत भांडत राहणारे धर्ममार्तंड आपल्या अनुयायांस अज्ञानाच्या खोल खड्ड्याकडेच काय ते घेऊन जाऊं शकतील. आंधळ्या मागे आंधळेच जाणार. जो स्वतः अंधारांत आहे तो

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

इतरांस प्रकाश कसला देणार? ज्यास सत्याची ओळखच नाही, तो ज्ञान काय देणार?

✠ ✠ ✠ ✠

स्वतःचा ऐहिक मतलब साधणें, हाच ज्याचा मुख्य हेतु अशा नाममात्र धर्मगुरूस देवाचा सेवक न मानतां, स्वतःच्या हीन जीवनाचा सेवक म्हणावें. कोणत्याही धर्मपंथाच्या सच्च्या धर्मगुरूमध्यें स्वार्थरहित परमार्थसंबंधींच्या उत्सुकतेचा गुण असला पाहिजे. जी सरिता स्वतःचें जल स्वतःच न पितां वर्ण-धर्म-जाति-पंथांचा भेद न मानतां, इतरांस देते, तिजप्रमाणें तो असला पाहिजे.

✠ ✠ ✠ ✠

पुष्कळसे ख्रिस्ती धर्मप्रचारक खाइस्टचे अनुयायी नसून ज्यूडासचे अनुयायी असतात. त्यांनी केवळ अज्ञानी लोकांच्या डोक्यावर तीर्थ शिपडण्याचें ध्येय न ठेवतां, वर्ण–पंथ–भेद–रहित परोपकाराचें ध्येय ठरविलें पाहिजे.

✠ ✠ ✠ ✠

आजही 'बहीणभावांनी पतिपत्नीप्रमाणें व्यवहार करण्यास शास्त्रांची कोठेच कांही हरकत नाही' असें एकादा धर्मगुरु छातीठोकपणें सांगूं लागला,* तर त्याचे मागे लोकांचा भलामोठा घोळका धावत जाईल. पण जर एकादा तत्त्वद्रष्टा सांगेल की, "सत्यप्राप्तीसाठी नितांत त्यागावाचून गत्यंतर नाही" तर मात्र फारच क्वचित कोणी त्याचे अनुयायी होतील.

✠ ✠ ✠ ✠

* ३५०० वर्षांपूर्वी असें शिकविणारा एक ढोंगी धर्मगुरु होऊन गेला

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

धर्म, पंथ व कट्टर कर्मठपणाशीं श्रेष्ठ सत्याचा बिलकुल संबंध नाही. कोणत्याही पंथाच्या मर्यादित शिकवणी व मतांपासून तें सत्य फार दूर व पलीकडे आहे. मर्यादित क्षेत्राशीं बांधून टाकणाऱ्या कामक्रोधलोभयुक्त अशा ऐहिक मायाजालास झुगारून द्याल, तरच तुम्हास ह्या श्रेष्ठ सत्याचा अनुभव येईल.

✠ ✠ ✠ ✠

ज्यांत जन्म घेतला तो स्वधर्म टाकून, परधर्माचा स्वीकार करणें, म्हणजे एका पिंजऱ्यांतून निघून दुसऱ्यांत बंद करून घेणें होय. एक तर कर्मठपणाची मर्यादा ओलांडून, पलीकडे परमार्थपंथावर जा; किंवा जन्मापासून ज्या धर्माच्या पिंजऱ्यांत आहां त्यांतच रहा.

✠ ✠ ✠ ✠

सद्गुणांचा पांडित्यपूर्ण परोपदेश करण्याने नव्हे, तर सद्गुण आचरणांत आणण्यानेच मनुष्य खरा शाहणा होतो. आचरणरहित परोपदेशाचें सामर्थ्य म्हणजे संतपणाची प्रमाणपत्रिका नव्हे, आणि तें शहाणपणाचें चिन्हही नव्हे.

✠ ✠ ✠ ✠

ज्यापासून विश्वोत्पत्ति झाली त्या मूलतत्वाप्रत पोचण्यासाठी, म्हणजेच ईश्वरत्वाचा अनुभव घेण्यासाठी, आपण आपल्या विवेचक शक्तीला पटत असेल त्या पंथाने चालावें; आणि आपल्या पारमार्थिक प्रवृत्तीला, मानसिक धारणेला, शारीरिक प्रकृतीला व सभोवारच्या परिस्थितीला सर्वोत्कृष्टपणें जमेल, त्या मार्गाला धरून राहावें.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(३)

आध्यात्मिक प्रवासपथ

स्वतःच्या व्यक्तित्वाचे ठायीं असलेलें आत्मतत्वच जगतांत सर्वत्र वसलेलें आहे, हें जाणून अनुभविणें, हेंच जीवनाचें ध्येय ठरवावें.

✠ ✠ ✠ ✠

तुमच्यामधील संकुचित मीपणा नाहीसा होईल, तेव्हा आपोआपच तुमच्यामधील अनंत अशा आत्मतत्वाचा उदय होईल.

✠ ✠ ✠ ✠

कट्टर अहंकारापासून पूर्णपणें मुक्त झालेल्या मनासच परमेश्वरी साक्षात्कार होतो.

✠ ✠ ✠ ✠

काम, क्रोध आणि लोभ जिंकल्यावांचून आपणांस परमार्थ पंथाच्या स्वर्गीय द्वाराचा उंबरठा देखील दिसणार नाही. ह्या बाबतींत, साधुत्वाचें सोंग दाखविणारापेक्षा वाइटांत वाईट असा पापीही अधिक बरा समजावा.

✠ ✠ ✠ ✠

खऱ्या साधकाला अंतीं अनुल्लंघनीय अशी कोणतीच आडकाठी नाही.

✠ ✠ ✠ ✠

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

कामी पुरुषामध्ये इतर कितीही सद्गुण असले तरी तो मोक्षपथ चालूं शकणार नाही. तो एका चाकाच्या रथाप्रमाणे होय.

✠ ✠ ✠ ✠

दुर्दैवाचे वज्रप्रहार, संकटांचे डोंगर, आणि अडचणींचे दगड ह्यांचा तुमच्यावर वर्षाव झाला, तरी घाबरून निराश होऊं नका. सहनशक्ति मिळविण्यास आणि छाती निधडी करण्यास देवाने ती संधि दिल्याबद्दल त्याचे आभार माना. ज्यांस अडचणी सहन करण्याची ताकद अंगीं आणितां येते, त्यांना परमार्थपथावर सहजगत्या चालतां येतें.

✠ ✠ ✠ ✠

गर्विष्ठपणापासून सावध रहा. कारण तो सहस्रशीर्ष आहे एवढेंच नव्हे तर त्यामुळे आत्मवंचनाही होते. कधी कधी खोटया लीनतेचें स्वरूप धारण करूनही तो आपणास फसवितो.

✠ ✠ ✠ ✠

तुम्ही केलेल्या दुष्कृत्यांकरता सबबी सांगण्याचा किंवा केलेलीं दुष्कृत्यें हीं परिस्थितीचा परिणाम मानण्याचा यत्न करूं नका. आपल्या दुष्टतेबद्दल पश्चात्ताप झाल्याशिवाय तुम्ही सुधरूं शकणार नाही. आपल्या दुष्कृत्यांचें समर्थन करण्याचा यत्न करणें, हें विवेकबुद्धीचा गळा दाबून दुर्गुणांस सद्‌गुणांची झिलई देण्यासारखें आहे.

✠ ✠ ✠ ✠

शरीराची उत्तम प्रकारें काळजी घ्यावी, पण देहाचें दास होऊं नये. सदोदित देहाचीच फिकीर करीत रहाल, तर सतत द्रव्याचें ध्यान करणाऱ्या कंजूष मनुष्यासारखें हीन दर्जाचे व्हाल.

✠ ✠ ✠ ✠

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

दूध आणि वनस्पत्याहाराने माणसांतील दैवी स्वभावाची प्रगति होण्यास मदत होते. उलटपक्षीं मद्यमांसादिकांच्या आहाराने मनुष्यांमधील तामसी स्वभाव फोफावतो.

✠ ✠ ✠ ✠

सेवाधर्म

ज्या सेवेंत स्वतःबद्दलचा किंचितही विचार नसेल, तीच खरी सेवा. स्वार्थरहित सेवाधर्म हा तुम्हांस, आत्मानुभव हें ज्या पर्वताचें शिखर आहे, त्या पर्वताच्या पायथ्याशीं पोचवील, इतकेंच नव्हे, तर तो त्यापुढेही तुम्हांस मोक्षपथांत दूरवर घेऊन जाईल; अंतीं तो तुम्हास सद्गुरूच्या सान्निध्यांत नेऊन, त्यास शरण जाण्याची बुद्धीही देईल.

✠ ✠ ✠ ✠

खरा सेवाधर्म (कर्मयोग) म्हणजे स्वहितरूपी मोबदला मिळविण्याची बिलकुल अपेक्षा न धरतां, दुसऱ्यासाठी केलेलें कर्म होय; शिवाय त्यांत दुसऱ्यावर उपकार केल्याची भावना बिलकुल नसते.

✠ ✠ ✠ ✠

दुसऱ्यास मदत केली म्हणजे, तुम्ही त्याजवर उपकारांचें ओझें करून ठेवलें असें कधीही मानूं नका. उलटपक्षीं असें समजून चाला की, ज्यावर उपकार केले, त्याने तुम्हांस तुमचेंच हित साधण्याची संधि दिली.

✠ ✠ ✠ ✠

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

संन्यास

खरा संन्यासी–म्हणजे मोक्षपथावरील यात्रेकरू बनणें–हें प्रशंसनीय आहे. ढोंगी साधूपेक्षा सरळ गृहस्थाश्रमी हा पुष्कळ पटींनी अधिक श्रेष्ठ असतो. आजकाल खोटे साधूच फार आढळतात.

✠ ✠ ✠ ✠

भगवी कफनी घातली, भिक्षापात्र घेतलें आणि तीर्थयात्रा केली, म्हणजेच संन्यास साधला असें नव्हे. ऐहिक वासना आणि अहंकार ह्यांचा त्याग करील तोच खरा संन्यासी.

✠ ✠ ✠ ✠

ऐहिक दृष्टीनेच पाहिलें तर, प्रपंचाचा त्याग करणें हें भित्रेपणाचें दिसेल. पण पारमार्थिक जीवनाचा अंगिकार करण्यास मोठेंच शौर्य पाहिजे.

✠ ✠ ✠ ✠

हीन अहंभावास बळी न पडतां, जो ऐहिक प्रलोभनांपासून परावृत्त होतो, तोच खरा संन्यासी.

✠ ✠ ✠ ✠

जगताबद्दल किंचितही आसक्ति न ठेवतां, पूर्णपणें स्वार्थरहित व त्यागी वृत्तीने राहणें, हेंच खरें योगसाधन.

✠ ✠ ✠ ✠

कांही झालें तरी चालेल, पण परमेश्वराचा प्रत्यक्ष साक्षात्कार झालाच पाहिजे, अशी ज्यांना अंतःकरणापासून तीव्र तळमळ असेल त्यांना एकच मार्ग मोकळा आहे आणि तो म्हणजे संपूर्ण त्यागाचा.

✠ ✠ ✠ ✠

ध्यान

ज्याप्रमाणें एखाद्या विस्कळित विचारांत देखील शारीरिक

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

कृतींत उतरण्याची शक्ति असते, त्याप्रमाणें ध्यान म्हणजे खोल विचार किंवा पद्धतशीर चिंतन, हेंही साधकास आवश्यक असणारी एका विशिष्ट प्रकाराची शक्ति उत्पन्न करते. परमपदेच्छूस ह्या शक्तीचा फार उपयोग होतो. तिचा प्रभाव कदाचित् एकदम दिसणार नाही; अमळशानेही दिसणार नाही-परंतु परिणामीं मात्र खात्रीनें फलदायी होतोच.

✠ ✠ ✠ ✠

ध्यानाच्या वेळीं आसन अमुकच प्रकारचें असावें, असा निश्चित नियम करण्याची आवश्यकता नाही. बसलें असतांना सुखावह होईल, त्रासाचें होणार नाही, अशी कोणतीही पद्धति चालूं करावी. पण एकदा एक पद्धत चालूं केली, की रोजच्यासाठी तीच कायम ठेवावी.

✠ ✠ ✠ ✠

ध्यानाप्रीत्यर्थ कितीही वेळ घालविला तरी वाजवीपेक्षा जास्त होणार नाही. अहोरात्रापैकी कोणताही काळ ध्यानास चालेल; तरीही पहाटचे ४ ते ७ हे तास ध्यानासाठी सर्वोत्कृष्ट होत.

✠ ✠ ✠ ✠

परमपदप्राप्तीसाठी तीन निरनिराळे मार्ग आखावे लागतात. ते म्हणजे भक्ति, ज्ञान आणि कर्म (अथवा प्रेम, सत्यपरायणता* आणि सेवाधर्म)-त्याचप्रमाणें मुमुक्षूंस तीन मुख्य पायऱ्यांवरून जावें लागतें. एक पायरी शारीरिक जड जगताची, दुसरी सूक्ष्म जगताची आणि तिसरी मानसिक वा कारण जगताची.

---

* सत्यानुभव हें ध्यानानें व प्रार्थनेनें प्राप्त होणारें फल होय.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(४)

बुद्धि, मन आणि माया

बुद्धि

ईश्वरासंबंधीं केवळ बुद्धिचापल्यरूपी पांडित्यानें तुम्ही त्याच्याजवळ किंचित्‌ही जाणार नाही; उलट अधिक दूरच जाण्याचा संभव आहे. पण तुम्ही निग्रहाने व सतत ईश्वराची अंत:करणपूर्वक प्रार्थना केली, तर तुम्हांस सध्या झाकून टाकणारें अंधःकार पटल दूर होईल.

✠ ✠ ✠ ✠

वरवरचे केस हे प्रत्यक्ष डोक्याहून अगदी निराळे असतात; व छाया ही मूळ वस्तूहून भिन्न असते. त्याचप्रमाणें बुद्धिगम्य ज्ञान हें आत्मानुभवाहून निराळें आहे.

✠ ✠ ✠ ✠

आत्मानुभवस्थिति किंवा मुक्ति मिळाल्यानंतर, वस्तुमात्राचे ठायीं आपलेंच सत्यस्वरूप वसत आहे, हें मनुष्य स्वानुभवाने सांगू शकतो. ह्यालाच खरें ज्ञान म्हणतात.

✠ ✠ ✠

आपलें स्वतःचें सत्यस्वरूपच परमात्मा होय याचा अनुभव घेणें ह्यालाच आत्मसाक्षात्कार म्हणतात. जड जगत हें कल्पनेमुळे

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

उत्पन्न झालेलें व भ्रामक आहे. मग आपल्या ठायींच असलेल्या परमात्म्याचा शोध न घेतां, काल्पनिक सृष्टीसंबंधींचें वरवरचें ज्ञान मिळविण्याचा यत्न काय कामाचा ?

✠ ✠ ✠ ✠

हृदयाचें काम डोकें करणार नाही; आणि डोक्याचें काम हृदय करणार नाही. असें असलें, तरी ते दोघे परस्पर शत्रूच आहेत असें नव्हे. परमपदेच्छु जीवनामध्ये, बुद्धीचें महत्त्व सापेक्षतेने कमी आहे- डोकें आणि हृदय ह्यांजमध्ये समतोलपणा स्थापन झाला, की मनुष्याची मोक्षमार्गावरील प्रगति अधिक वेगाने होऊं लागते.

✠ ✠ ✠ ✠

अलीकडच्या बऱ्याचशा तरुणांना गर्विष्ठपणा म्हणजेच हुशारी व आत्मप्रौढी हाच शहाणपणा असें भासत असतें.

✠ ✠ ✠ ✠

बुद्धिनिष्ठ आढ्यतेमध्ये नास्तिकवाद जन्मास येतो; आणि ज्ञानजन्य नम्रभावांत अज्ञेयवाद उत्पन्न होतो. प्रामाणिक व नम्रभावयुक्त अज्ञेयवादाची अखेरीस परमेश्वराच्या सत्य ज्ञानामध्ये परिणति होते.

✠ ✠ ✠ ✠

मनाला हाताची व देहाला चमच्याची उपमा दिल्यास ईश्वरप्राप्त शिवात्मा व बद्धस्थितींतील जीवात्मा ह्यामधील फरक हा आहे; की शिवात्मा केवळ देहरूपी चमच्यानेच जेवतो, परंतु जीवात्मा हा देहरूपी चमच्याने व मनरूपी हातानेही जेवतो (म्हणजे मनाने लिप्त होतो).

✠ ✠ ✠

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

मनावर जो ताबा ठेवील, त्याचे ताब्यांत सर्व कांही येईल.

✠ ✠ ✠ ✠

बहुतेक सर्वजणांचें अस्तित्व मनाचें आधीन असतें. पण हजारांत क्वचित एकादाच मनावर ताबा ठेवितो; आणि त्याच्या द्वारें अखिल वस्तुमात्रावर राज्य करतो.

✠ ✠ ✠ ✠

सुखदु:ख, गुणावगुण, भोग व यातना, स्वर्गनरक आणि जन्ममृत्यु हे सर्व मनोनिर्मित असून मनावरच अवलंबून असतात.

✠ ✠ ✠ ✠

ज्याने मनास पूर्णपणें ताब्यांत ठेवलें असेल तोच खरा योगी.

✠ ✠ ✠ ✠

मन हेंच आपणांस ऐहिक वासनांचे दास बनवितें; आणि तेंच मन आपणाला आपल्या भवितव्याचे स्वामी बनण्यास समर्थ करून परमात्मपदासही पोचवितें.

✠ ✠ ✠ ✠

जागृति, स्वप्न आणि निद्रा ह्यांहून श्रेष्ठ असणाऱ्या तुरीय अवस्थेंतच मनाला सत्यस्वरूपाची ओळख होते.

मायारूपी भ्रमजाल *

ईश्वर आणि माया ह्यांच्या संयोगाने मनुष्य बनलेला असतो मायेच्या शृंखलांतून मनुष्य पूर्णपणें मुक्त झाला की, त्याला मूळच्या केवळ ईश्वरत्वाचा खात्रीने अनुभव येईल.

✠ ✠ ✠ ✠

* सृष्टि इतकी सत्य भासते, तिची सर्व दृश्यें इतकीं खरोखरीचीं वाटतात, की, साधारण माणसास ही सारी मायाच असें मानणेंही अशक्य-

(पुढील पानावर चालू)

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

काम, क्रोध आणि लोभ हे मायेचे प्रमुख आधारस्तंभ व तिची वाढ करण्याचीं साधनें आहेत. त्यांना जिंकल्याशिवाय ईश्वर-प्राप्तीच्या मार्गावर पदार्पण करणें तुम्हांस शक्य नाही.

✠ ✠ ✠ ✠

शरीर हें केवळ तुमच्या आत्म्यावरचें एक कवच आहे. मायेमुळे तुम्हांस आपलें शरीर म्हणजेच तुम्ही स्वत: आहांत असा भ्रम होतो. आणि त्यामुळे तुम्हांस स्वत:च्या शाश्वत, अद्वैत व तेजोमय देवत्वाचा विसर पडतो.

✠ ✠ ✠ ✠

माया म्हणजे अज्ञान, मायेमुळेच मनुष्य सृष्टि व तिचीं प्रलोभनें खरीं समजून त्यांस बळी पडतो.

✠ ✠ ✠ ✠

खूप मद्यपान केलेल्या माणसास एका वस्तूचे जागीं अनेक वस्तू दिसूं लागतात. त्याचप्रमाणें, अहंकाराच्या मद्यप्राशनामुळे

(मागील पानावरून पुढे चालू)

होतें. गाढ निद्रेंत मात्र तो जगाच्या बाबतींत शून्यत्वाचा अनुभव घेऊं शकतो. गाढ निद्रेंत, त्याला आप्तस्वकीय, आपलें ऐश्वर्य, आपला धंदा, आपलें शरीर आणि आपले मनोव्यापार ह्यांचा पत्ता नसतो. सारांश निद्रेंत त्याला कशाचेंच भान नसतें. पण तोच गाढ निद्रेंतून स्वप्नसृष्टींत गेला की, तेवढ्यापुरती ती सारी स्वप्नसृष्टि त्याला फार महत्वाची आणि खरी भासते. आपण तर वस्तुतः स्वप्नच पाहत आहोंत, हें भान त्या स्थितींत होत नाही. स्वप्नांत जें जें दिसतें व केलें जातें, तें तें खरें भासतें. परंतु तो जागा होतांच स्वप्नांतील देखावा भ्रमात्मक होता, हें सत्यज्ञान त्यास होतें. अगदी त्याचप्रमाणें, दैवी साम्राज्यांत शिरल्यावर, ऐहिक सृष्टीची शून्यमय असत्यता प्रत्ययास येते.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

धुंद झालेल्या लोकांना एकाचे जागीं अनेकत्व भासूं लागतें.

✠ ✠ ✠ ✠

जर ऐहिक वासना आणि क्रोध ह्यांना तुमचें मन बळी पडेल तर तुम्ही कितीही जपतपें आणि ध्यानचिंतनादि क्रिया केल्या तरी तुम्ही मायेच्याच धडपडींत गुंतलेले रहाल. सर्व चिंता, त्रास आणि भीति ह्यांचा उगम मायेंत आहे.

✠ ✠ ✠ ✠

जादुगाराचे चमत्कार ते पहाणारांच्या भ्रमावर आधारलेले असतात. त्यांना मृगजळापेक्षा अधिक सत्यता नाही. तशीच सृष्टी ही मायेमुळे खरी दिसते. लहान मुलें जादुगाराची वाहवा करतात; आणि त्यांना त्याचे खेळ खरे वाटतात. पण मोठ्या माणसांना माहीत असतें की, तो त्यांची फसवणूक करीत असून, त्याचे चमत्कार खोटे आहेत. अज्ञानी लोक जगतालाच अखेरचें सत्य समजतात. पण जग म्हणजे केवळ भ्रम आहे, हें ज्ञानी लोक जाणतात.

✠ ✠ ✠ ✠

जड जगत् खरें मानणारे सारे झोपेंत आहेत. ज्यांना त्याच्या खोटेपणाचा अनुभव येतो, तेच काय ते ईश्वरानुभव घेऊं शकतात आणि जागे होतात.

✠ ✠ ✠ ✠

सूर्याचा प्रकाश पडला की अंधार नष्ट होतो. जागृति येतांच निद्रा पलायन करिते. ईश्वरप्राप्ति होतांच माया नाहीशी होते.

✠ ✠ ✠ ✠

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

संस्काररूपी* ढग नाहीसे होतांच, परमेश्वररूपी सूर्य दिव्य तेजाने तळपतांना दिसूं लागतो.

✠ ✠ ✠ ✠

आपल्या पाठीमागे आपली निंदा करणारावर रागावूं नका उलट आनंद माना; कारण तो तुमच्या संस्कारांचें ओझें कमी करण्याचें काम करितो. शिवाय, तो स्वतःच्या संस्कारांचें ओझें जास्त करून घेतो, ह्याबद्दल त्याची कीव करा.

✠ ✠ ✠ ✠

दैवी मार्गावर पदार्पण करण्यासाठी, मन शुद्ध करण्याची, इंद्रियजन्य शारीरिक सुखांपासून पूर्णपणें अलिप्त राहण्याची आणि सत्यावर नितांत प्रीति करण्याची आवश्यकता असते. मायेच्या सापळ्यांतून निसटून, जो सत्यानेच वागतो, सत्यालाच चिकटून राहतो, व सदोदित सत्याचाच आश्रय घेतो, तोच खरा साधक.

✠ ✠ ✠ ✠

डुकरासमोर मोत्याचे दाणे टाकूं नका. ऐहिक जड प्रेमी लोक हें डुकराप्रमाणें होत. जन्ममृत्यूंच्या शृंखलेपासून मुक्त करणाऱ्या ज्ञानरूपी मुक्ताफलांपेक्षा त्यांना जगांतील उकिरडे व गटार हेंच अधिक प्रिय असतात.

✠ ✠ ✠ ✠

* माणसाचीं कर्मे, वासना, प्रवृत्ति व विचार, हीं अहंकाराशीं बद्ध राहून मनोमय शरीरावर संस्कारांचे छाप उमटवीत राहतात. हे छाप बऱ्या-वाईट अनुभवांचे व श्रेष्ट कनिष्ठ दर्जाचे असतात.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

श्री सद्गुरु मेहेरबाबा

पुरुषोत्तम-परमात्म्याचा शोध करण्यास कोठेही जाण्याचें कारण नाही. कारण तो तुमच्या अगदी जवळ आहे. तुमच्यांतच आहे. अंतःकरणांत त्याचा शोध करा. तुमच्या रस्त्यांत आड येणारी चार महापिशाच्चें नसतीं, तर तो तुम्हास सहज दिसला असता. तीं म्हणजे काम, क्रोध, लोभ, आणि अहंकार.

* * * *

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

२११८०
२४.३.
Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri
२०म/२२

(५)

अध्यात्म-भूमिका व देहत्रय

जड, सूक्ष्म आणि कारण देह.

देह तीन आहेत-जड, सूक्ष्म आणि कारण-साधारण मानवांत आध्यात्मिक देहाचा विकास झालेला नसतो. हे तिन्ही देह म्हणजे आत्म्याची, जगताच्या अस्तित्वाचा अनुभव घेण्याचीं साधनें होत.

(१) कारण देह. ह्यांत पूर्वसंस्कारांच्या गत अनुभवांचे बीजरूप संस्कार राहतात. त्यांपैकी कांही बीजाप्रमाणें अव्यक्त राहतील, किंवा एकेक वासना रूपाने प्रकट होतांना सूक्ष्म देहांतून व्यक्त होतील.

(२) 'सूक्ष्म देह' हा पांच सूक्ष्म ज्ञानेंद्रियांचा बनलेला असतो. त्यामुळे स्वप्नांतील अनुभव येतो किंवा त्याच्या वासना स्थूल देहाच्या द्वारें व्यक्त होतात.

(३) 'स्थूल देह' आणि त्याचीं जड पंचेंद्रियें.

ह्या तीन देहांस अनुसरून जाणिवेच्या तीन अवस्था आहेत.

पुस्तकालय
गुरुकुल कांगड़ी
CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

त्या अनुक्रमें अशा:—(१) जागृतीची अवस्था. (२) स्वप्नमय अर्ध-जागृत अवस्था आणि (३) गाढनिद्रेची अवस्था.

✠ ✠ ✠ ✠

मोक्षमार्गांतील सप्तभूमिकांपैकी पहिल्या चार विशेषत: सूक्ष्म देहाशीं संबद्ध असून, पांचवी व सहावी भूमिका ह्या कारण देहाशीं संलग्न आहेत.

ह्या सप्तभूमिका पुढीलप्रमाणें आहेत:— (१) बुद्धिभूमि (२) साधारण-स्फूर्ति-भूमि (३) प्रज्ञा-भूमि (४) अंतर्दृष्टि-भूमि (ही चौथी भूमिका धोक्याची आहे. कारण ती मुमुक्षूला ऋद्धिसिद्धींच्या प्रलोभनांमुळे परमेश्वरापासून दूर नेऊन जागतिक ऐहिक चमत्कारांच्या जाळ्यांत पडण्याचा मोह पाडते.) (५) उच्च अंत:स्फूर्ति भूमि (येथे साधकास अनंतत्वाचा भास होऊं लागतो.) (६) प्रज्ञान भूमि (येथे येणाऱ्या मुमुक्षूस वस्तुमात्रांत परमेश्वर दिसूं लागतो; तरीही द्वैत राहतेंच.) (७) अद्वैत-भूमि (येथे द्वैत नाहीसें होऊन परमपदप्राप्ति साधते)-हीच ख्राइस्टसारख्या पूर्ण सद्गुरूची अवस्था

✠ ✠ ✠ ✠

परमात्मा, सप्तभूमिका, ग्रह आणि संपूर्ण जगत् हे सर्व तुमच्या स्वत:मध्येच समाविष्ट आहेत. परंतु तें तुम्हांस कळत नाही; हें सारें तुमच्यामध्येच असूनही तुम्हांस ते तेथे असलेलीं दिसत नाहीत, कारण तुमची दृष्टि आंत प्रवेशच करीत नाही. तुम्ही नेहमी बाहेरच दृष्टि टाकीत राहतां व अंतरात्म्याकडे तुमची दृष्टि जात नाही.

✠ ✠ ✠ ✠

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

परमात्म्याचें खरें स्वरूप आणि मनुष्य ह्यामध्यें तीन पडदे आहेत:—(१) ऐहिक जड जगत्. (२) स्वप्नमय सूक्ष्म जगत् आणि (३) कारण जगत्. जडसूक्ष्म जगतांचे पडदे बाजूला सारले कीं, तुम्ही कारण जगतांतील मुख्य साधन जें मन त्याचें साहाय्याने व्यवहार करूं लागता. परंतु मनाचाही पडदा काढला कीं, तुम्ही परमात्मपदावर पोहोंचता व परमात्म्याशी एकरूप होऊन परमात्माच बनता.

✠ ✠ ✠ ✠

अंतर्दृष्टि आणि आत्मदृष्टि ह्या दोहोंत खरोखर पाहतां फार अंतर आहे. अंतर्दृष्टीने सूक्ष्म जगत् काय तें अनुभवितां येते. पण आत्मदृष्टीला सर्वत्र परमात्मा दिसूं लागतो. जड चर्मचक्षूंनी जड जगत् दिसतें. सूक्ष्म अंत:चक्षूने सूक्ष्म जगत् आणि भूमिका ह्यांचा अनुभव येतो. आणि आत्मदृष्टीनें परमात्मा अनुभवास येतो.

✠ ✠ ✠ ✠

जड, सूक्ष्म आणि कारण शरीरांच्याच जीवात्मा (म्हणजेच सत्यदृष्टि प्राप्त न झालेली व्यक्ति) बंधनांत असतो. पण तोच जीवात्मा ह्या बंधनापलीकडे गेला, आणि शिवात्मा झाला म्हणजे त्याला दिव्यदृष्टि प्राप्त झाली किंवा ईश्वराशीं एकतानता झाली कीं तो पूर्णपणें वासनारहित होतो.

✠ ✠ ✠ ✠

मनोभूमिकेच्याही पलीकडे पोहोंचेपर्यंत जड जगताचें शून्यत्व लक्षांत येत नाही. ईश्वर आणि जड जगत् ह्या दोहोंसही सारखेंच सत्य मानणारे लोक अज्ञानी होत. त्यांच्या ईशतत्वा-

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

संबंधींच्या कल्पना अगदीच अंधुक असतात व म्हणून त्यांना जड जग सत्य भासतें.

✠ ✠ ✠ ✠

साधारणतः जागतिक दृष्टीने वरवर विचार केला तर, आकाश, तेज, हवा, परमाणु आणि तरंग वगैरेस सूक्ष्म म्हणता येईल. तरीही त्या निःसंशय जड वस्तूच आहेत; त्याचें स्वरूप सूक्ष्मतर आहे, एवढेंच. परंतु आध्यात्मिक दृष्टीने पाहता सूक्ष्म जग म्हणजे सूक्ष्मतर जडाच्याही उलट व त्याहून अगदी निराळें आहे.

✠ ✠ ✠ ✠

जरी सूक्ष्म जगतांतूनच स्थूल जगताची उत्पत्ती झाली आहे, व त्यावरच स्थूल जगत् अवलंबून आहे, तरी सूक्ष्म जगत् हें स्थूल अगर भौतिक जगतापासून पूर्णपणें स्वतंत्र आहे.

✠ ✠ ✠ ✠

त्यक्तदेह आत्म्याशीं बोलाचालीचा व्यवहार म्हणजे स्थूल इंद्रियांना जागृतावस्थेंत आलेला अर्धवट सूक्ष्माचा अनुभव होय. तो म्हणजे अध्यात्ममार्गावर झालेल्या प्रगतीची खूणही नव्हे; व त्याचा अध्यात्ममार्गाशीं कांही संबंध नाही.

✠ ✠ ✠ ✠

अर्धवट प्रगती झालेले मुमुक्षु आणि योगी यांना अनेकविध रंगांच्या कांचेतून सत्यदर्शन होतें. सद्गुरू आणि पूर्ण महात्मे यांना सत्यदर्शनासाठी चष्म्यांची गरज लागत नाही, कारण ते सत्य-रूपच असतात.

✠ ✠ ✠ ✠

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

योग्यांच्या सिद्धी अगर अतिमानवी शक्ती खरोखर त्यांच्या स्वतःच्या नसतात; तर त्या त्यांनी सद्गुरूकडून उसन्या घेतलेल्या असतात. या सिद्धींचा उपयोग करण्याकरतां योग्यांना अतिशय प्रयास पडतात; परंतु सद्गुरू प्रसंगानुसार (जेव्हा जरूर अगर वेळ पडेल तेव्हा) स्वतःच्या शक्तींचा सहज लीलेने उपयोग करतात.

✠ ✠ ✠ ✠

पूर्ण सद्गुरूकडून झालेले असोत, अगर योग्यांकडून झालेले असोत चमत्कार हे चिरंतन अमर सत्याशीं तुलना करता केवळ आभासमयच असतात; एवढेंच नव्हे तर या स्थूल जगताच्या छायेप्रमाणेच चमत्कारांनाही सत्यता नाही.

✠ ✠ ✠ ✠

योग्यांकडून झालेले चमत्कार नेहमी वैयक्तिक अहंभावावर अधिष्ठित असल्याने स्वार्थमूलक असतात. परंतु सद्गुरू अगर पूर्ण महात्मे यांच्याकडून झालेले चमत्कार हे मानवतेची आध्यात्मिक प्रगती होण्यासाठी केलेले असल्याने पूर्णपणें स्वार्थरहित असतात.

✠ ✠ ✠ ✠

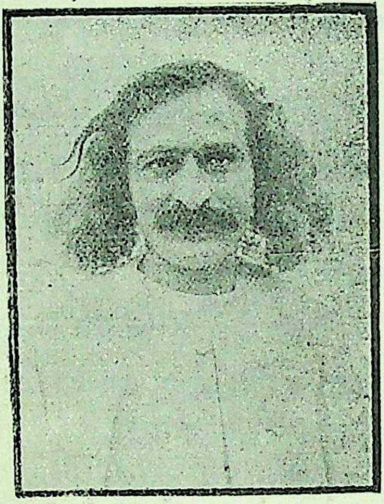
झोपेंतून उठल्यानंतरच ज्याप्रमाणे स्वप्नांच्या असत्यतेची जाणीव होते, त्याप्रमाणें स्थूल जगत् क्षणभंगुर व स्वप्नवत् शून्य-स्वरूप असून, त्याची भासमान सत्यता भ्रामक आहे, ही जाणीव होण्याकरता सूक्ष्म जगत् आणि कारण जगत् यांची पूर्ण जाणीव व्हावयास हवी.

✠ ✠ ✠ ✠

मनुष्यास योगसमाधि प्राप्त झाली असतांना, त्याचें मन तेवढया काळापुरतें मृतवत् होतें. तरीही, त्या समाधिस्थितीमध्ये,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri



श्री सद्गुरु मेहेरबाबा

त्याची बुद्धि आणि अहंभावना ह्या जशाच्या तशाच राहतात. समाधि उतरतांच पुन्हा सारें जसेंचें तसें जडात्मक होतें; व अहंकार पूर्ववत् मनावर पगडा बसवून कार्य करूं लागतो.

✠

योगसमाधीपेक्षा निर्विकल्प समाधि ही अगदी निराळ्या-प्रकारची असून अधिक श्रेष्ठ दर्जाची आहे. निर्विकल्प समाधीचा आनंद प्राप्त होण्यापूर्वी मनुष्यामधील आपली स्वतःच्या अलग व्यक्तित्वाची अहंबुद्धि दूर सरून, तिच्याजागीं आध्यात्मिक सज्ञानाचें अधिष्ठान व्हावें लागतें.

✠ ✠ ✠ ✠

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(६)

सद्गुरु अथवा पूर्णपुरुष

स्वतःचा गुरु स्वतःपेक्षा अध्यात्ममार्गांत अधिक पुढे गेलेला असला पाहिजे. तो आध्यात्मिकदृष्टीनें पूर्ण असला तर फार उत्तम. बंधनांत असून मुक्त होण्याची इच्छा करणाराने सहाय्य कोणाचें घ्यावे ? ज्याचे हात बांधलेले असतील त्याचें तर खात्रीनें नव्हे. जो पूर्णतः मुक्त असेल, व जो मायातीत असून मोहरहित असेल, त्याचेंच साहाय्य घ्यावें.

✠ ✠ ✠ ✠

ईश्वरप्राप्त पुरुष (मग त्यांना जड जगताची जाणीव असो* किंवा नसो §)-हे संस्काररहित असतात; आणि म्हणून त्यांस अहंभावना बिलकुल नसते. बरेवाईट संस्कार हेच अहंभाव असण्यास कारणीभूत आहेत. सारे संस्कार धुवून निघाले की, अहंकार कायमचा नाहीसा होतो. सारांश जेथें संस्कार नाही, तेथे अहंकार नाही.

✠ ✠ ✠ ✠

ईश्वरप्राप्त सद्गुरूची कृपा विलक्षण कार्यें करूं शकते. पण मनुष्याने ही कृपा त्याच्याकडून कष्टाने प्राप्त करून घ्यावी

---

* सद्गुरू किंवा कुतुब § मज्झूब

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

 Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

लागते. केस कापण्याकरता न्हाव्याच्या स्वाधीन डोकें द्यावें लागतें. तसेंच ईश्वर प्राप्तीकरता सद्गुरूच्या ठायीं शरणागति साधणें आवश्यक आहे.

✠ ✠ ✠ ✠

सर्वत्र व सर्वदा, मन, भावना आणि स्फूर्ति ह्यांसह अद्वैत-रूप परमात्म्याचा अनुभव घेणारांस ईश्वरत्वाची जाणीव आहे, असें समजावें. आनंदी वृत्तीच्या मनुष्यामुळे जसा इतरांमध्ये परमानंद फैलावला जातो, आणि धनिक धर्मात्मा जसा इतरांचे सहाय्यार्थ धन वाटून देऊं शकतो, तसा परमपदानुभव प्राप्त झालेला महात्मा दुसऱ्यास ईश्वरत्व देऊं शकतो.

✠ ✠ ✠ ✠

चिंचेने घासून जसें तांबें स्वच्छ करितां येतें तसाच सच्चा साधु दुष्टासही संसर्गाने शुद्ध करूं शकतो. परंतु ज्याप्रमाणें चिंच देखील घर्षणाखेरीज तांबें चकचकीत करूं शकत नाही त्याचप्रमाणें साधूही समागमावाचून दुष्टांस सुधारूं शकत नाही.

✠ ✠ ✠ ✠

सत्संग म्हणजे केवळ साधुसहवास नव्हे, तर प्रेमाने व आनंदाने सद्गुरूच्या आज्ञा पाळून, त्याच्या उपदेशानुसार वर्तन करीत राहणें हाच सत्संग होय.

✠ ✠ ✠ ✠

ज्याला तुम्ही आपला सद्गुरू मानाल, त्याचेजवळ अंतःकरण खुलें करतांना कधीही मागेपुढे पाहूं नका.

✠ ✠ ✠ ✠

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

केवळ प्रेमाखातर सद्गुरूची भक्ति करितो, तो मोबदल्यांत त्याचें प्रेमही आपणांस मिळावें असा हेतु धरीत नाही. सदा प्रेम-प्रदान करण्याकडेच ज्याचें चित्त जडलेलें असतें, तोच खरा भक्त.

✠ ✠ ✠ ✠

तुमचें मन इतरत्र आकर्षण केलें जाऊंच नये, अशी अपार शक्ति मायेमध्ये आहे. परंतु संतांच्या किंवा सद्गुरूच्या कृपेनें मात्र तुम्ही आपली मायेवर खिळलेली नजर, तिजकडून काढून परमात्म्याकडे जडवूं शकता.

✠ ✠ ✠

'ऑजिअन्स'च्या घोडपागेंतील घाण साफ धुवून काढणें एका माणसास जसें अशक्य आहे., तसेंच स्वतःचे संस्कार नाहीसे करणें मानवाला अशक्य आहे. परंतु 'हरक्यूलिस' प्रमाणें एखादाच 'आलफ्युअस' नदी वळवून घोडपागा साफ करूं शकतो, त्याच-प्रमाणें सद्गुरू हा अध्यात्मज्ञानरूप अग्नीनें हवें तेव्हा, हवी तेवढयांची, हव्या तेवढया संस्कारांची घाण भस्म करून टाकूं शकतो.

✠ ✠ ✠ ✠

सद्वस्तु (Truth) मायेचा उपयोग जगताचे व्यवहार चाल-विण्याकरता, किंवा दुसऱ्याचे मायाजाल नष्ट करण्याकरता करीत नाही. सृष्टिकर्ता ईश्वर जगताचे व्यवहार चालविण्यासाठी मायेचा उपयोग करितो. परंतु सद्गुरु इतरांस मायेपासून मुक्त करण्याकरितां मायेचा उपयोग करितो.

✠ ✠ ✠ ✠

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

तुरीय अवस्थेचा खरा अर्थ काय ? त्या स्थितीत ईश्वर सोडून इतर कशाचीही जाणीव नसते.

✠ ✠ ✠ ✠

जगताला, किंवा मला सुद्धा, खूष करण्याच्या हेतूने स्वतःच्या सद्सद्विवेक बुद्धीच्या विरुद्ध, असें कांहीही करूं नका. सद्सद्विवेक बुद्धीस अनुसरून, तुम्हांस जें बरोबर आणि योग्य वाटतें, तें न डगमगता करा. मग जग कितीही विरोध करो. चोहोंबाजूंनीं सोसाटयाच्या वावटळी सुटल्या, तरी खडक जसा किंचितही हालत नाही, तसा आपला निर्धार अढळ राहू द्या.

✠ ✠ ✠ ✠

तुमच्यांत कोणतेही व कितीही दुर्गुण असोत, **मजकडे** येण्यांत संकोच किंवा द्विधा मन ठेवूं नका. **मी सगळयांच्या सहाय्यासाठीं आलों आहे.** सुष्टांइतकाच दुष्टांनाही मजकडे येण्यास अधिकार आहे. खरोखर पाहतां दुष्टांची सुधारणा करणें हेंच माझे विशेष कार्य आहे.

✠ ✠ ✠ ✠

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(७)

ईश्वर.

देवाची भीति न ठेवतां त्याच्यावर प्रीति करावयाची असते. खरोखर पाहता देवास कोणीच भीत नाही. भितात ते पापांमुळें प्राप्त होणाऱ्या नरकयातनांना वा पापाबद्दलच्या शिक्षेला, शाळेंतील मुलें छडीला भितात, मास्तरला भीत नाहीत; तसेंच हें आहे.

✠ ✠ ✠ ✠

परमात्मरूप एकच अद्वैत सूर्य जरी अनेक जड व चेतन वस्तूंस सदोदित अखंडपणें व सारखाच उजेड देत राहतो, तरी जो स्वतःस वासनात्मक अज्ञानाच्या पक्क्या अंधार कोठडींतच कोंडून घेतो, त्यास तो क्षणभरही दिसत नाही.

✠ ✠ ✠ ✠

एकच जगदात्मा ईश्वर, हा दगड, धातु, वनस्पती आणि प्राणी, ह्यांच्या द्वारा आपल्या स्वतःचाच जड आणि सूक्ष्म प्रादुर्भावनांचा अनुभव घेतो. व तोच अविभाज्य जगदात्मा स्वतःच्या जडसूक्ष्मातीत परमात्मस्वरूपाचा सत्य अनुभव सद्गुरुद्वारा घेतो.

✠ ✠ ✠ ✠

स्वतःच्या मूळस्वरूपाची भीति नको. तें मूळस्वरूप तुमचेंच आहे. इतकेंच नव्हे तर तर तें खुद्द तुम्हींच आहांत. त्याची भीति बाळगल्यास तुम्ही देवापासून अलग होता.

✠ ✠ ✠ ✠

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

दुर्बिणींतून एका बाजूने पाहिलें तर वस्तू जवळ दिसतात; व दुसऱ्या बाजूने पाहिलें तर त्याच अधिक दूर गेलेल्या दिसतात. तसेंच अंतःचक्षूने पाहिलें तर ईश्वर जवळच आढळतो; आणि चर्मचक्षूने तो पाहिल्यास तो दूरसा वाटतो. ज्ञानचक्षू आंत आहे.

✠ ✠ ✠

स्वप्नसृष्टि ज्याप्रमाणांत खरी आहे, तितकींच ऐहिक सृष्टीमधील दुःखें व यातना खरीं होत. स्वतंत्र बुद्धीने विचार केला तर एक परमेश्वर तेवढा खरा. बाकी सर्व खोटें. पापपुण्यें आणि सुखदुःखें हीं द्वंद्वें परस्परसापेक्ष व मायामय आहेत.

✠ ✠ ✠ ✠

सर्वत्र ईश्वराशिवाय दुसरें कांहीही दिसेनासें झालें म्हणजे ईश्वर दिसलाच.

✠ ✠ ✠ ✠

तुमची छाया तुमच्याहून निराळी राहूं शकतच नाही. परमेश्वर तुमच्याबाहेर नसून तुमच्यांतच आहे. छाया तुम्हांस पकडतां येत नाही, तसाच ईश्वरही तुम्हांस जगरीतीने प्राप्त करून घेतां येत नाही. क्वचित् लाखांत एकादाच ईश्वरप्राप्ती करून घेतो.

✠ ✠ ✠ ✠

ईश्वर एक आहे. तो संख्यावाचक 'एक' नसून गुणवाचक 'एक' आहे. तो संख्येच्या अर्थाने, एकाद्या अलग ठेवलेल्या वस्तूप्रमाणे, तुम्हांपासून दूर बसणारा असा 'एक' नव्हे, तर सर्वत्रांस एकत्रेंकरून व्यापणारा व सदासर्वदा द्वंद्वविरहित 'एकच एक' असा

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

आहे. तो नेहमी अनंतच होता, अनंतच आहे व तसाच सतत अनंत राहणार.

✠ ✠ ✠ ✠

मूलत: परमात्म्याला स्वतःच्या ऐश्वर्ययुक्त स्वरूपाची व अनंत सामर्थ्याची जाणीव नसते. शिवात्मस्थितींतच त्याला ही जाणीव पूर्णतः असते.

✠ ✠ ✠

जीवात्मा (मानव) मर्यादित आहे. त्याला अमर्याद होणें असेल तर स्वतःच्या मर्यादारहितत्वाची जाणीव झाली पाहिजे; व ती स्थिति आली पाहिजे.

✠ ✠ ✠ ✠

ईश्वर एकच आहे, एकटाच आहे व तोच खरा आहे. उलटपक्षीं जग द्वैतमय आणि अगणित संख्यात्मक, भ्रमात्मक व मायामय आहे; आणि म्हणून खोटें आहे. जोंपर्यंत जग खरें वाटतें तोंपर्यंत ईश्वर दिसत नाही. असंख्यांतच जाणीव गोंधळून जाते, तोंपर्यंत एकमेव तत्त्वाची ओळख होत नाही. जगताचा आभास सत्य वाटत असेल तोंपर्यंत सत्यमय ईश्वराचा अनुभव येणार नाही. ज्याने जीवात्म्याच्या स्थितीचें हीनत्व नाहीसें केलें, त्याला जगदाभास होत नाही.

✠ ✠ ✠ ✠

देवाशिवाय दुसरें कोठेही कांहीही नाही.

✠ ✠ ✠ ✠

फक्त तीन वस्तू खऱ्या मूल्यवान आहेत—देव, प्रेम आणि सद्गुरु. ह्या तिहींमध्येही वस्तुतः फरक नाही. एकच परम पुरुष

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

किंवा परमात्मा—विधाता, शिवात्मा व जीवात्मा यांचीं सोंगें घेतो. जागृति, स्वप्न आणि निद्रा, ह्यांच्यापलीकडील तुरीय भावाच्याही पलीकडे तो आहेच. सत्याचा तो अनंत सागर आहे. तोच विश्वाचा कर्ता, भर्ता आणि हर्ता आहे.

✠ ✠ ✠ ✠

ईश्वर प्राप्ति न झालेली, साधारण जाणीवयुक्त व्यक्ति (म्हणजेच जीवात्मा) सांत आणि मर्यादित आहे.

✠ ✠ ✠ ✠

जीवन्मुक्त शिवात्म्यास, आपण परमात्मा असल्याची –सत्याचा अमर्याद सागर असल्याची–जाणीव असते; त्यास सद्गुरुपद प्राप्त झालेलें असतें. प्रत्येक व्यक्तिमात्रांत आपण असून, व्यक्तिमात्र आपले ठायीं आहे, ह्याची जाणीव त्यास असते. पूर्ण-पुरुष सद्गुरु हाच प्रेमिक, प्रियतम व प्रेम आहे.

✠ ✠ ✠ ✠

श्री सद्गुरु मेहेरबाबा

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(८)

द्वादश मुक्ताफळें

१

परिस्थितीस त्रासून, व्यसनाधीन होणें काय, आणि नांवाचा साधु होणें काय, सारखेंच.

२

प्रतिकूल परिस्थितींतही जो आनंदी असतो व मुळीच न डगमगतां शांत व सम राहतो तो खरा शूर.

३

झाडाच्या आकारावरून त्याची किंमत न होता, फळावरून होते; त्याचप्रमाणें माणसाची किंमत त्याच्या बुद्धिमत्तेवरून न होतां, तो तिचा जसा उपयोग करीत असेल, त्यावरून होते.

४

औषधाचें वर्णन ऐकल्याने रोग जात नाही, तद्वत् साधुचरित्राच्या केवळ श्रवणानें कोणी साधु होत नाही. औषध वापरलें पाहिजे म्हणजे गुण येतो. त्याचप्रमाणें साधुचरित्रांतील गुण आचरणांत आणले म्हणजेच मनुष्य साधु होतो.

५

सार्वत्रिक निराशेमुळें उत्पन्न झालेला बेछूटपणा म्हणजे धैर्य नव्हे. तद्वत् अहंतेंत उत्पन्न होणारा गुण सद्गुण नव्हे.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

६

अन्नाचा जसा शरीराला तसाच शरीराचा आत्म्याला उपयोग आहे. काम झाल्यावर मलरूपाने अन्नविसर्जन होतें, त्याचप्रमाणे काम झाल्यावर मृत्युसमयीं शरीर बाजूला सारलें जातें. त्या दोनही घटनांचें दुःख नको.

७

मनुष्याचें निसर्गाशीं कधीच भांडण होत नाही किंवा व्हावयाचें नाही. भांडण झाल्यासारखें दिसतें तें कधी? तर मनुष्य हा निसर्गाचे नियम मोडील तेव्हा. कोणीही व्यक्ति किंवा राष्ट्र उद्दामपणाने निसर्गाच्या नियमांचें उल्लंघन करूं शकत नाही.

८

सुधारणेची खरी कसोटी माणुसकींत आहे. ज्यांत माणुसकीचा अभाव असेल, तो प्राणी जंगलीच. मनुष्य कितीही विद्वान असला, त्याची राहणी कितीही अद्यावत् असली, तो शास्त्रांत केवढाही जाडा पंडित असला, तरी, जर त्यांत माणुसकीचा अभाव असेल तर तो जंगलीच.

९

आधुनिक भौतिक सुधारणांस राबवून घ्या. पण त्यांचे दास बनूं नका. त्यांना डोक्यावर बसूं देऊं नका; व त्यांचा तिरस्कार वा द्वेषही करूं नका.

१०

अस्पृश्य वर्गाची योजना केल्या दिवसापासून हिंदी राष्ट्रच अस्पृश्यांत जमा झालें आहे. अस्पृश्यांस वर येऊं द्या, म्हणजे हिंदी

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

राष्ट्र जरी जगांत सर्वश्रेष्ठ झालें नाही, तरी तें श्रेष्ठांपैकी एक होईल हें निश्चित.

११

अफाट बोलघेवडेपणाचें वक्तृत्व म्हणजे शहाणपणा समजूं नका. शाब्दिक धबधबा म्हणजे ज्ञान नव्हे.

१२

अमोल रत्न शिशाचे कोंदणांत कोणी बसवील का ? फुलपाखरूं मारण्यास कोणी बंदुकीचा उपयोग करील ? कोकिळ देऊन कोणी कावळा घेईल ? नाही. तरीही ऐहिक जड दृष्टीनें भारलेला प्रत्येक जण दररोज जन्मभर तसेंच करीत असतो.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

गुरुकुल कांगड़ी
पुस्तकालय

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

MEHER PUBLICATIONS

1.	**Meher Baba's Discourses** (Five Volumes) each	Rs. 2-0
2.	**Gems from the Teachings of Meher Baba**	Rs. 1-4
3.	**Divine Theme**—By Meher Baba	Rs. 4-0
4.	**Perfect Master (Life of Shri Meher Baba)** —By C. B. Purdom	Rs. 6-0
5.	**Meher Baba—The Awakener** —By Dr. C. D. Deshmukh, M. A., Ph. D. (London) (With Foreword by Princess Norina Matchbelli)	Re. 1-0
6.	**Shri Meher Baba-His Philosophy & Teachings** —By A. K. Abdulla	Re. 1-0
7.	**Meher Baba**—By Eastern & Western Disciples	Rs. 0-3
8.	**Sayings of Shri Meher Baba**	Rs. 0-4
9.	**Shri Meher Baba** Vol. I (Gujrathi) —By F. H. Dadachanji	Rs. 2-0
10.	**Meher Baba** (Urdu) —By K E. Afseri	Rs. 0-2
11.	**Meher Baba** (Persian)—By S. A. Abbas	Rs. 0-2
12.	श्रीमेहरबाबा और उनके अध्यात्मपर लेख (हिंदी)	Rs. 1-8
13.	श्रीमेहरबाबा (मराठी) —By Dr. C. D. Deshmukh, M. A., Ph. D.	Rs. 1-8

Can be obtained from:----

ADI. K. IRANI,
Meher Baba Universal Spiritual Centre,
King's Road, Ahamednagar.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

अवतार मेहेरबाबा माला

संचालक व प्रकाशक

मेहेरबाबा जागतिक अध्यात्मकेंद्र,
किंग्ज रोड, अहमदनगर.

संपादक

दि. ह. पोफळी, बी. एस्‌सी. एल्‌एल्. बी.
अवतार मेहेरबाबा कार्यालय,
धनतोली, नागपूर.

श्रीमेहेरबाबा

आपल्या दैवी प्रेमाने व प्रज्ञासंपन्न सामर्थ्याने श्रीमेहेरबाबा मानवास नवीन दृष्टि व परमशांति देतात. अखिल मानवतेमध्ये अकलंकित बंधुतेची प्रस्थापना करून सत्य व प्रेम यांवर अधिष्ठित असलेलें नवयुग निर्माण करणें हेंच त्यांचें अवतारकार्य आहे. त्यांनी जुलै, १९२५ पासून मौन धरलें आहे.

श्रीमेहेरबाबांचे अध्यात्मपर लेख व दिव्य संदेश मराठी भाषेतून वाचकवर्गास मिळावेत हा 'अवतार मेहेरबाबा माले'चा उद्देश आहे.

वार्षिक वर्गणी रु. २ पो. ख. सह.

पत्ता
अवतार मेहेरबाबा कार्यालय
धनतोली, नागपुर

दि. ह. पोफळी
संपादक

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar